Великолепные блюда из микроволновки

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

Эта книга станет незаменимым помощником для хозяйки, которая не хочет или не может тратить уйму времени на приготовление пищи. В этом удобном кулинарном руководстве содержится множество оригинальных рецептов специально для микроволновой печи. Это и изысканные супы, и великолепные мясные блюда, и необыкновенно вкусная рыба, и выпечка - всего не перечислишь. Все предполагаемые блюда удивительно просты в приготовлении: пройдет всего лишь 15 -20 минут, и их уже можно подавать на стол. А кроме того, вас ждут практические советы, которые помогут продлить срок службы вашей микроволновки и сделать ее работу максимально эффективной и безопасной.

Приятного аппетита вам и вашим близким!

- Е. Андреева, Л. Смирнова
  - Введение
    -
  - Общие сведения о микроволновых печах
    -
    - Устройство микроволновой печи и принцип работы
      -
    - Основные характеристики микроволновых печей
      -
    - Модели микроволновых печей
      -
    - Правила и принципы эксплуатации микроволновых печей
      -
      - Установка печи. Основные правила
        -
      - Меры безопасности
        -
      - Уход за микроволновой печью
        -
    - Выбор посуды
      -
    - Приготовление пищи. Основные принципы
      -
  - Рецепты блюд для микроволновых печей
    -

- На скорую руку
  -
  - Горячие бутерброды
    -
  - Гамбургеры
    -
  - Сандвичи
    -
  - Гренки
    -
  - Горячие булочки
    -
  - Канапе
    -
  - Хрустящий хлеб
    -
  - Пицца
    -
- Первые блюда
  -
  - Мясные супы
    -
  - Супы из морепродуктов и рыбы
    -
  - Грибные супы
    -
  - Овощные супы
    -
- Вторые блюда
  -
  - Блюда из мяса
    -
  - Блюда из рыбы
    -
  - Овощные блюда
    -
- Горячие соусы
  -
  - Рецепты соусов
    -
- Изделия из теста
  -
  - Торты
    -

- Пирожные
- Пироги
- ...И другая выпечка
- Десерты
- Рецепты десертов
- Напитки
- Рецепты напитков
- Праздничные обеды
- Вариант 1
- Вариант 2

Е. Андреева, Л. Смирнова
Блюда из микроволновки
Лучшие рецепты

Введение

В настоящее время на кухнях практически всех хозяек имеются многочисленные электробытовые помощники. Это блендеры, миксеры, тостеры, грили, кофеварки и многое-многое другое. Не последнее место среди всех этих чудес инженерии занимает микроволновая печь. О самых разнообразных моделях таких печей мы и расскажем в нашей книге. Первые микроволновые печи появились в1949 г. Занимаясь исследованиями в области СВЧ-волн, американский инженер Спенсер заметил, что при определенной частоте излучения выделяется очень много тепловой энергии. И уже в 1945 г. он оформил патент на применение микроволн для приготовления пищи. В 1949 г. в Америке по патенту Спенсера стали изготавливать микроволновые печи, которые военные использовали для быстрой разморозки стратегических запасов продуктов.

К массовому выпуску бытовых микроволновых печей приступили только в 1962 г., и не в Америке, а в Японии. Занималась этим фирма Sharp. Первое время, как и ко всякому новшеству, к микроволновым печам относились весьма подозрительно и осторожно. Потребителей пугали сверхвысокие частоты. Поэтому и была некоторая настороженность в поведении людей.

На самом деле эти волны не представляют особой опасности. Процесс приготовления пищи в микроволновой печи – это электромагнитное возбуждение молекул воды, которые имеются в составе всех продуктов. При проникновении СВЧ-волн внутрь, например, куска мяса молекулы воды, содержащиеся в нем, возбуждаются, их тепловые колебания усиливаются, они начинают хаотически двигаться и сталкиваться друг с другом. Из-за этого и повышается температура внутри продукта.

Если готовить мясо на огне, процесс будет тем же самым, с той лишь разницей, что при традиционном способе готовки возбуждение к молекулам воды передается очень медленно.

Согласно данным статистического опроса, в развитых странах мира больше половины семей имеют в своем распоряжении СВЧ-печи.

Микроволновая печь не только сэкономит хозяйке время и электроэнергию при приготовлении пищи, но и не займет на кухне много места. С помощью микроволновки можно не только готовить разнообразные блюда, но и оттаивать замороженные продукты, а также подогревать готовую пищу.

При приготовлении блюд в СВЧ-печи в продуктах сохраняются витамины и питательные вещества, которые обычно разрушаются при традиционных способах обработки. Помимо этого, микроволны позволяют готовить пищу без использования разнообразных жиров, а это сказывается на количестве калорий в готовом блюде, что является большим преимуществом для тех, кто заботится о своем здоровье. Если микроволновая печь оснащена грилем и конвекцией, то приготовление пищи происходит, как в обычной духовке.

В микроволновой печи можно приготовить обед на скорую руку, а можно приложить немного фантазии и желания и приготовить праздничный пышный обед, включающий в себя различные экзотические блюда.

В предлагаемых рецептах, помимо ингредиентов, указано время приготовления того или иного блюда, а также мощность, на которую нужно запрограммировать печь. Мы расскажем вам о некоторых особенностях и приемах приготовления пищи в СВЧ-печах, дадим различные советы по вопросам пользования агрегатом, использованию предусмотренных в печи программ, поможем разобраться в конструкции и узнать, как правильно подобрать себе микроволновку.

Включайте фантазию, дерзайте на своих кухнях, и приятного вам аппетита!

Общие сведения о микроволновых печах

Устройство микроволновой печи и принцип работы

Действие микроволновой печи основано на бесконтактном нагреве пищевых продуктов путем преобразования энергии электромагнитного поля СВЧ в тепло. Со времени появления первых микроволновых печей они непрерывно совершенствовались: повышались их технические характеристики и надежность, упрощалась и удешевлялась конструкция, совершенствовался дизайн.

Современная бытовая микроволновая печь – это не только необходимый предмет быта, но и престижный элемент эстетики кухни.

Принципиальное отличие процесса нагревания продукта в микроволновой печи от традиционных способов (газовая или электрическая плита) заключается в том, что при микроволновом нагреве тепло выделяется в объеме продукта, а при традиционных способах оно подводится к его поверхности и дальнейшее его распространение в продукт осуществляется путем теплопроводности. Соответственно достигаемый темп объемного нагрева продукта микроволнами оказывается значительно выше.

Микроволновое излучение – это не радиоактивное излучение. Под его действием в продукте не происходит никаких химических изменений. Этот способ приготовления пищи сохраняет от 75 до 98 % содержащихся в продукте витаминов (при традиционном способе готовки сохраняется всего 35–60 % витаминов).

Основным элементом печи является генератор СВЧ-энергии, в качестве которого, как правило, используют широко применяемый в радиолокации прибор – магнетрон. Наиболее дорогостоящим элементом питания магнетрона является специальный анодно-накальный трансформатор-стабилизатор. Номинальное эффективное напряжение на его высоковольтной обмотке составляет обычно 2100–2300 В, номинальное напряжение начальной обмотки – 3–3,2 В.

Особенностью трансформатора является значительная индуктивность рассеивания высоковольтной обмотки и специальная конструкция магнитопровода с магнитными шунтами, обеспечивающая при колебаниях сетевого напряжения на 10 % изменение высокого напряжения всего лишь на 1–2%.

Чтобы обеспечить бесшумность работы трансформатора, отдельные элементы магнитопровода свариваются. Накопительный высоковольтный конденсатор емкостью от 0,8 до

1,2 мкФ (в зависимости от мощности печи) рассчитан на работу при напряжении до 10 кВ.

В качестве линии связи для передачи СВЧ-мощности от магнетрона к излучателю, питающему рабочую камеру печи, обычно используют прямоугольный волновод. Конструкцию волновода и излучателя выбирают так, чтобы обеспечить нормальное согласование нагруженной рабочей камеры с магнетроном. Кроме того, для обеспечения равномерности нагрева излучатель должен возбуждать в камере достаточно большое число типов волн.

Рабочая камера печи представляет собой полый резонатор прямоугольной формы с размерами сторон, значительно превышающими длину волны генератора. Возбуждаемые в камере электромагнитные волны не поглощаются сразу в нагреваемом продукте, а многократно отражаются ее стенками. В результате в камере образуются многочисленные стоячие волны электромагнитного поля с узлами и пучками. Интенсивность полей в камере нарастает до тех пор, пока мощность СВЧ-колебаний, поглощаемая в продукте, не сравняется с мощностью, поступающей от генератора. Локальный нагрев продукта пропорционален квадрату эффективного значения напряженности электрического поля в данной точке.

Поскольку наличие стоячих волн в камере неизбежно, камера оптимальной конструкции должна иметь такие размеры и способ возбуждения, чтобы суперпозиция всех стоячих волн обеспечивала максимальную равномерность нагрева продукта. Но, к сожалению, на практике обеспечить идеальную равномерность нагрева невозможно, ведь обрабатываемые продукты и посуда имеют значительные вариации диэлектрических свойств и формы. Поэтому для повышения равномерности нагрева продукта в рабочей камере печи обычно применяют, в том или ином виде, механическое движение. Это может быть вращающаяся подставка, на которой располагается нагреваемый продукт, вращающаяся антенна, ось вращения которой совпадает с осью симметрии рабочей камеры, а диаграмма направленности излучения имеет специальную несимметричную форму, вращающаяся крыльчатка с металлическими лопастями, расположенными вблизи излучателя, либо сочетание вращающейся подставки с питанием рабочей камеры двумя излучателями от разветвленного волновода.

Дверь рабочей камеры представляет собой конструктивно довольно сложный и очень ответственный узел, т. к. именно она предотвращает утечку во внешнюю среду СВЧ-энергии. По периметру дверь имеет высокочастотный дроссельный затвор.

Для того чтобы он снижал уровень утечки СВЧ-энергии до допустимого значения, необходимо обеспечить хорошее прилегание плоскости двери к лицевой поверхности рабочей камеры. Практически зазор не должен превышать 0,5 мм. В этом случае плотность потока энергии во внешнее пространство будет на допустимом уровне (1–2 мкВт/см2).

Для обеспечения такого зазора в процессе производства предъявляются очень жесткие требования к плоскостности лицевой поверхности рабочей камеры и ответной поверхности двери.

Для того чтобы в еще большей степени обеспечить безопасность использования печи, открытая щель дроссельного затвора заполняется специальной пластмассой, поглощающей энергию микроволн. Блок управления печи обеспечивает ее работу по заданной программе, а также выключение печи при нарушении блокировок, превышении температуры на магнетроне, трансформаторе и в рабочей камере. Блоки управления имеют разнообразные схемы и конструкции при двух основных разновидностях: электромеханической и процессорной.

Электромеханический блок управления содержит реле времени, задающее общую длительность приготовления пищи, и реле управления режимом печи, задающее средний уровень мощности СВЧ-энергии в рабочей камере. Как правило, управление уровнем мощности осуществляется изменением соотношения длительностей пауз и периодов генерации магнетрона. При отсутствии пауз печь работает на полную мощность, при равенстве длительностей пауз и периодов генерации – с 50 %-ной мощностью и т. д. Автоматика управления работой магнетрона включается в цепь первичной обмотки трансформатора.

Микропроцессорный блок управления, кроме возможностей, обеспечиваемых электромеханическим блоком, позволяет задавать сложные переменные во времени программы, включать печь автоматически в заданное время суток и т. п. Для первоначального накопления опыта приготовления пищи в микроволновой печи можно пользоваться многочисленными имеющимися в продаже и прилагаемыми к печи сборниками рецептов. Однако уже через непродолжительное время пользователь приобретает необходимый навык, позволяющий готовить блюда самостоятельно, руководствуясь собственным вкусом.

Следует отметить одну особенность всех микроволновых печей – они не терпят посуды с золотым (металлическим) ободком. В результате того, что в ободке индуцируется

высокочастотный ток огромной силы, возникает искрение, которое может перейти в дуговой разряд.

Основные характеристики микроволновых печей

Существует несколько технических характеристик, по которым специалисты делят все микроволновые печи на классы. Вот основные из них:

1. объем рабочей камеры;
2. режимы работы;
3. система управления;
4. возможность встраивания.

Теперь подробно рассмотрим каждый пункт. С объемом рабочей камеры разобраться просто. Если у вас небольшая семья, вы не будете готовить пищу в больших объемах и у вас на кухне мало места, то следует выбирать микроволновую печь с объемом рабочей камеры 19–23 л. Если же вы хотите, помимо микроволн, иметь еще гриль и конвекцию, а также у вас кухня достаточно большого размера, то приобретайте печь с объемом рабочей камеры, равным 24–30 л.

Режимы работы – это самый сложный пункт при выборе аппарата. Как правило, микроволновка используется хозяйками для оттаивания замороженных продуктов, а также для подогрева готовой пищи. Если вы не собираетесь готовить праздничные обеды и хотите сэкономить деньги на покупке печи, то выбирайте модель с режимами разморозки и подогрева.

Для тех, кто любит мясо-гриль с хрустящей корочкой, промышленность выпускает аппараты, оснащенные именно этой функцией. Грили в микроволновых печах бывают двух типов: тэновые, имеющие обычную спираль, и кварцевые, у которых спираль залита кварцевым стеклом. Печи с кварцевыми спиралями несколько дороже тэновых, но они намного компактнее. Имеется еще одно положительное качество у такого рода печей: кварцевая спираль чистится намного легче, чем обычная. Аппараты с тэновыми грилями тоже не лишены некоторых преимуществ: спираль может менять свое положение. В некоторых моделях тэновый гриль расположен вертикально и предназначен для жарки больших кусков мяса, тэн, расположенный под углом, – для жарки птицы, расположенный горизонтально, – для выпечки пиццы. Зачастую печи имеют в комплекте вертел или шампуры для шашлыка.

Если предполагается изготовлять выпечку (пироги, торты, пирожки, пирожные, кексы и пр.), то хозяйка должна выбрать модель, оснащенную конвекцией, которая дает возможность

равномерного прогрева рабочей камеры.

В процессе выбора печи стоит обратить внимание на внутреннее покрытие камеры. Если оно выполнено из жаропрочной стали, то имеет гладкую, легко очищающуюся поверхность. Но и на эмали, и на покрытии «под эмаль» со временем возникают маленькие трещины и различные царапины. Через некоторое время они заполняются жиром. Керамическое покрытие более устойчиво к механическим повреждениям, к нему не прилипают остатки продуктов. Стенки камеры, выполненные из нержавеющей стали, выдерживают довольно высокую температуру и легко моются. Некоторые модели микроволновых печей имеют антибактериальное покрытие, которое препятствует размножению болезнетворных микробов, поэтому камеру необязательно протирать каждый день. В последнее время появились печи с рабочими камерами, покрытыми тефлоном. Такие поверхности легко моются, но их довольно легко повредить (даже жесткой мочалкой или щеткой). К слову сказать, при мытье любых покрытий не стоит применять абразивные моющие средства.

Можно приобрести СВЧ-печь, имеющую блюдо с антипригарным покрытием. Пищу можно готовить прямо на этом блюде, без использования дополнительных тарелок. Помимо этого, в режиме микроволнового приготовления продуктов применяются специальные металлические тарелки с антипригарным покрытием. Эту посуду прогревают без использования гриля. На них, например, можно пожарить яичницу или омлет.

Самым важным моментом при выборе микроволновой печи является правильная оценка панели управления. Сначала стоит проверить, насколько панель удобна. Иногда большое количество функций и кнопок затрудняет привыкание к правильному пользованию аппаратом. Весьма удобными в этом смысле являются печи, оснащенные системой навигации по панели управления. Порой она представляет собой загорающиеся индикаторы, подсвечивающие нужную кнопку или подсказывающие, какие параметры приготовления пищи нужно запрограммировать.

Большим подспорьем для хозяйки станет печь с режимом автоматического приготовления блюд. В этом случае ей не придется самой думать о том, какую мощность и какое время приготовления нужно выбрать для того или иного продукта.

Некоторые агрегаты оснащены режимом последовательности этапов приготовления пищи. К примеру, сначала печь размораживает цыпленка, затем тушит его в режиме микроволн, а

потом при помощи гриля поджаривает его.

В продаже имеются печи с блоком памяти, применение которого даст вам возможность использовать свои любимые рецепты, прежде введя их в блок памяти. Если в доме есть маленькие дети, то печь обязательно должна иметь блокировку включения.

В последнее время многие покупатели хотят приобретать микроволновые печи без так называемых наворотов, т. е. чистые микроволны. После практических испытаний выяснилось, что у данного режима приготовления продуктов оказалось множество неизученных возможностей.

У нового поколения микроволновых печей, как правило, имеется диалоговый режим, представляющий собой двусторонний диалог с пользователем, содержание которого высвечивается на дисплее. Например, аппарат спрашивает: «Что вы хотите?» Иногда он подсказывает хозяйке, что нужно предпринять дальше: какую посуду выбрать, не забыть закрыть кастрюлю крышкой, снять крышку, убавить мощность и т. д. Фирма LG выпустила микроволновую печь, которая произносит вслух тексты, высвечивающиеся на дисплее. При этом печь корейского производства говорит на русском языке. Не менее важным моментом является выбор мощности. Если вы пользуетесь автоматическим режимом приготовления пищи, то тут все просто. Но если вы применяете обычный режим, то кроме выбора времени приготовления, вам нужно запрограммировать наилучшую для данного блюда мощность микроволн.

Среди некоторых хозяек бытует мнение о том, что мясо и птица при готовке в микроволновке получаются более жесткими, чем при традиционном способе жарки. С таким же успехом можно констатировать, что если эти же продукты готовить на максимальном огне на обычной плите или в духовке до самого конца, то вместо мяса мы получим кусок толстой резины.

Очень многие хозяйки ошибаются, когда программируют только время приготовления того или иного блюда, а о мощности забывают. При отсутствии регулировки этой функции печь будет работать на 100 %-ной мощности. А на деле полная мощность используется очень редко. К примеру, мясо и птицу готовят при 70 %-ной мощности, рыбу, пельмени, тефтели – при 50–70 %-ной. При этом если мясо будет иметь прожилки жира, оно зажарится намного быстрее. Жесткую баранину следует готовить при 50 %-ной мощности, предварительно нарезав ее на куски небольшого размера.

Теперь мы предлагаем вам тестирование микроволновых печей, которое было проведено шеф-поваром одного из

московских ресторанов.

К микроволновому, или быстрому, приготовлению пищи люди относятся по-разному. Одни с удовольствием пользуются возможностью сэкономить время при оттаивании, подогревании и приготовлении пищи. Другие сохраняют верность традиционным способам готовки: жарке и варке на обычной плите. Одни потребители пугаются даже самого слова «микроволны», так они опасаются за свое здоровье. Другие считают, что такие печи можно использовать только для подогрева готовых блюд и ни для чего более. Такого рода мнения возникли потому, что люди слишком мало информированы о возможностях микроволновых печей. Исходя из всего сказанного и было решено провести тестирование СВЧ-печей.

Для проведения тестов было решено использовать многофункциональные печи, которые могут размораживать, подогревать и готовить различные продукты, затрачивая на это совсем немного времени. Одновременно с этим было решено выяснить, какая же все-таки микроволновая печь является самой лучшей. Ведь практически все производители данных аппаратов обладают не только известными именами, но и применяют при изготовлении СВЧ-печей новейшие достижения и технологии.

Тестирование начали с внешнего осмотра всех моделей Whirpool, Samsung, Sharp, LG, Scarlett, Marshall. Но не это было важным в тестировании – важен был практический результат.

Сначала было разморожено рыбное филе. Эту операцию выполняли в автоматическом режиме. Затем подогрели бульон, а на гриле приготовили цыпленка. При использовании функции «микроволны + гриль» был зажарен стейк.

При выведении общей оценки качества приготовленных блюд оценивались не только внешний вид печи, но и показатели разморозки, подогрева и приготовления продуктов.

В связи с тем, что тестирование проводилось на кухне ресторана, определить уровень шума работы печей было весьма затруднительно.

Тем не менее специалисты пришли к выводу, что высокий уровень шума бывает только у тех печей, которые эксплуатировали в течение долгого времени, причем неправильно.

Самым большим плюсом микроволновых печей, по мнению шеф-повара, является то, что дверцу печи можно открывать во время приготовления блюда, не боясь нарушить при этом технологию приготовления или потерять тепло.

Все блюда, приготовленные в микроволновых печах, имели хороший товарный вид и получили за это высшие баллы. Но по

режиму размораживания не на должном уровне показали себя микроволновые печи Whirpool и Sharp. При оттаивании рыбного филе получилась такая картина: одна часть продукта была заморожена, другая оттаяла, а третья была готова.

По подогреву готового блюда все печи показали прекрасные результаты. Высший балл специалист поставил моделям LG и Sharp.

Вот что сказал по окончании тестирования шеф-повар: «Я думаю, печь должна быть попроще: нажал на кнопку, установил таймер, несколько минут – и готово. А когда много программ, то люди старшего поколения (они с микроволновками не привыкли работать и многого не запоминают) могут по забывчивости нажать на сочетание не тех кнопок. К тому же слишком сложная печь может быстро выйти из строя. Мое пожелание такое: чтобы было поменьше всяких “наворотов” и чтобы печь была надежна и проста в обращении – открыл, нажал кнопочку, поставил время – и все».

Это слова профессионала, для которого быстрота приготовления и минимум операций при этом просто необходимы. Но и обыкновенные хозяйки согласны с ним: нужно действительно что-то простое при обращении с панелью управления, но в то же время многофункциональное. Так что выбор модели печи прямо зависит от вашего умения и желания работать с таким современным чудо-аппаратом.

Модели микроволновых печей

DAEWOO KOR-8045

Печь имеет средние размеры, объем равен 24 л. Она оснащена механическим управлением, вращающимся поддоном. Таймер рассчитан на 35 минут. Помимо функции разморозки, имеется 5 режимов обработки пищи, каждому из которых соответствует определенный уровень мощности СВЧ, позволяющий в нужное время изменить температуру нагрева блюда. Мощность печи составляет 750 Вт.

DAEWOO KOR-102M и 804M

Обе эти печи имеют модный дизайн передней панели, объем камеры 28 и 24 л соответственно.

Аппараты обладают функцией минутного повтора, «больше», «меньше», «пауза», а также 3-ступенчатым автоматическим размораживанием, 5-программным разогреванием, 3-ступенчатым автоматическим программированием. Печи снабжены электронным цифровым таймером. СВЧ-печи управляются при помощи кнопочек, имеющих условные обозначения.

Все 10 уровней мощности предназначены для различных режимов работы. Как и полагается, самый высокий уровень выполняет быстрое размораживание и сильный разогрев. При применении среднего уровня производят варку продуктов, выпечку мучных изделий, приготовление напитков и т. д. Самый низкий уровень предназначен для поддержания готовых блюд в разогретом состоянии перед подачей к столу.

GOLDSTAR MA-880MD

Печь оснащена таймером, индикатором реального времени и вращающимся поддоном. У агрегата имеется 5 уровней мощности, сенсорное управление. Объем печи равен 23 л, мощность – 900 Вт. Данная модель удобна в обращении, имеет функцию разморозки продуктов по весу и быстрого приготовления, а также автоподогрева готового блюда.

MOULINEX W67

Данная печь обладает мощностью 1100 Вт. Она имеет объем 27 л, механическое управление, 9 уровней мощности, электронный таймер на 30 минут, вращающийся поддон, а также тарелку КРУСТИ и кнопку QUICK PIZZA.

Стоит сказать, что практически все модели печей MOULINEX снабжены защитными устройствами, которые срабатывают в том случае, если дверцу печи открывают во время ее работы.

Тарелка КРУСТИ выполнена с теплоизоляционным и антипригарным покрытием. С ее помощью можно изготавливать различную выпечку, а также разогревать ее.

Для автоматического размораживания и разогрева пиццы-полуфабриката предназначена функция QUICK PIZZA, при этом аппарат сам выбирает время разогрева и подрумянивания, исходя из массы изделия.

MOULINEX D87

Данная микроволновая печь снабжена таймером, отсчитывающим текущее время, имеет вращающийся поддон, электронное кнопочное управление, а также режимы саморазмораживания и последующего приготовления продуктов. Мощность печи составляет 1100 Вт.

Агрегат оснащен пятью уровнями мощности и кнопкой QUICK, которая дает возможность записать в память печи, а в дальнейшем включать наиболее часто используемые программы продолжительностью до 3 минут. Объем СВЧ-печи составляет 27 л.

MOULINEX A18

Модель оснащена электронным кнопочным управлением, имеет мощность 850 Вт и объем камеры, равный 33 л. В конструкции печи предусмотрен гриль мощностью 1300 Вт с приводом вертела.

Печь снабжена таймером с реальным временем, вращающимся поддоном и кнопкой QUICK.

Аппарат является одним из самых больших в данной модификации. Печь обладает функцией саморазморозки и последующего приготовления продуктов, осуществляемых в нескольких режимах. При одновременном использовании

вращающегося вертела и синхрогриля можно приготовить шашлык, по вкусу не уступающий тому, который приготовлен на углях.

MOULINEX D90

Данная модель имеет гриль мощностью 1500 Вт, мощность печи – 1100 Вт. Камера выполнена из нержавеющей стали, оснащена вращающимся поддоном и таймером с реальным временем. Также в агрегате имеется функция саморазморозки продуктов и последующего их приготовления, возможность программирования, кнопка QUICK и привод вертела.

MOULINEX D90 имеет разнообразные программы, позволяющие готовить практически любые блюда. Модель укомплектована инструкцией, книгой рецептов и специальными решетками для гриля.

MOULINEX Q98

Камера печи выполнена из нержавеющей стали и имеет объем 27 л. Мощность СВЧ составляет 1100 Вт, гриля – 1500 Вт, конвекционного гриля – 1600 Вт. Вертел оснащен приводом. В конструкции модели предусмотрен таймер с реальным временем, 9 уровней мощности, вращающийся поддон и возможность программирования. Имеются кнопки QUICK, QUICK start, Pizza и Pie.

Все эти режимы можно использовать как вместе, так и по отдельности. Благодаря тому, что печь обладает большой мощностью, скорость обработки продуктов значительно возрастает.

Кнопка QUICK start запустит программу в том случае, если ее удерживать нажатой в течение 15 секунд, она служит для достижения максимальной мощности СВЧ за короткое время. Кнопка Pizza применяется при быстром разогреве замороженной пиццы. Кнопка Pie – для приготовления различной выпечки.

MOULINEX T62

Мощность печи составляет 850 Вт, мощность гриля – 1100 Вт, конвекционного гриля – 1200 Вт. Кроме конвекционного, имеется синхрогриль, привод вертела, таймер с отсчетом реального

времени. Модель оснащена вращающимся поддоном и отдельными кнопками – QUICK, QUICK start, Pizza, Pie.

Поскольку у печи объем камеры составляет 17 л, мощность ее невелика. Но к положительным ее качествам можно отнести компактность и возможность монтажа в кухонную мебель.

GOLDSTAR M 6805D

Мощность печи равна 800 Вт. Аппарат имеет объем 17 л, механическое управление, 5 уровней мощности. Кроме этого, печь снабжена вращающимся поддоном и таймером на 60 минут.

Несмотря на свои небольшие размеры, это надежный агрегат, имеющий функции разморозки, подогрева и приготовления простых блюд. Хозяйка сама может выбирать режим и время обработки продуктов.

GOLDSTAR MH-1074MD

Данная печь снабжена грилем мощностью 1400 Вт, мощность СВЧ-печи – 850 Вт. Объем аппарата составляет 28 л, имеется вращающийся поддон и таймер на 99 минут 99 секунд реального времени. Все режимы можно программировать.

SHARP R 2A-55

Мощность данной печи составляет 700 Вт. Она имеет 5 уровней мощности, вращающийся поддон диаметром 27,2 м, объем 16 л и таймер на 2 часа. Кроме этого, имеются встроенные часы, режимы автоприготовления и разморозки. Печь управляется при помощи сенсоров, режимы можно переключать с медленного на быстрый и наоборот. Аппарат оборудован звуковыми сигналами, которые включаются при нажатии клавиш и по окончании работы. Печь укомплектована инструкцией на русском языке и книгой рецептов.

SHARP R 3A-55

Эта печь имеет объем, равный 25 л. От предыдущей модели она отличается размером вращающегося поддона (32,5 см), большей мощностью (850 Вт), а также большим количеством

программ и функций.

SHARP R 7H55

Эта модель имеет объем камеры, равный 24 л. Управляется она сенсорами. Печь снабжена грилем, конвекцией, таймером с отсчетом реального времени, вращающимся поддоном диаметром 33 см, инструкцией и книгой рецептов на русском языке.

В связи с тем что в аппарате предусмотрен датчик уровня пара, выделяющегося из приготовляемого блюда, можно сказать, что печь умеет готовить сама. Ведь о готовности продукта можно судить по количеству пара, выходящего из него, а значит, автоматически управлять процессом готовки.

Размораживание в печи также выполняется автоматически, стоит лишь указать вес брикета. При нажатии клавиш и по окончании работы раздается звуковой сигнал. Помимо блокировки дверцы от открывания во время работы, предусмотрен режим защиты, не позволяющий воспользоваться панелью управления. Это важно для тех хозяек, у кого имеются маленькие дети.

SIEMENS HF 12020

Эта печь обладает мощностью 800 Вт. Ее 5 уровней мощности варьируются от щадящего режима до быстрого нагрева. Встроенный таймер рассчитан на 60 минут. Вращающийся поддон имеет диаметр, равный 26 см. Данная модель проста в управлении и имеет небольшие габариты. Ее можно встраивать в кухонные гарнитуры или подвешивать при помощи специальных приспособлений. Печь укомплектована дополнительным поддоном и книгой рецептов.

SIEMENS HF 26020

Мощность печи составляет 900 Вт. Она управляется при помощи сенсоров, имеет 5 уровней мощности, таймер с реальным временем и вращающийся поддон диаметром 31 см.

Поскольку аппарат снабжен функцией программирования, он может автоматически выбирать режимы разморозки и приготовления продуктов в зависимости от их веса. Но можно настраивать программы и вручную, т. е. самим выбирать уровень

мощности и время обработки пищи. Помимо этого, печь имеет клавишу памяти на 2 режима и функцию быстрого запуска.

SIEMENS HF 26250

Печь имеет объем 23 л, мощность – 900 Вт, управляется сенсорами. Пять уровней мощности имеют градацию от щадящего до максимального режима. Модель оснащена таймером с реальным временем и возможностью программирования. Кроме этого, программы размораживания и приготовления продуктов можно запускать автоматически.

Стенки печи выполнены из нержавеющей стали, вращающийся поддон имеет диаметр 31 см. Аппарат укомплектован двумя решетками для гриля, инструкцией и книгой рецептов.

Помимо этого, в модели предусмотрена функция VARIOGRILL. Она дает возможность регулировки степени обжаривания.

Если нужна хрустящая корочка на куриной тушке только с одной стороны, то включается только верхний нагрев. А если такая корочка требуется со всех сторон, то дополнительно включается вентилятор, перемещающий горячий воздух по всему объему камеры.

Печь оснащена клавишами быстрого запуска и запоминания для 2 режимов. Данную модель можно встраивать в кухонную мебель.

SIEMENS HF 46220

Модель управляется при помощи кнопок, имеет объем 20 л, мощность СВЧ, равную 800 Вт. Снабжена конвекцией, вращающимся поддоном диаметром 28 см, грилем VARIOGRILL с тремя уровнями мощности (от 650 до 1200 Вт). Имеется также световая индикация, цифровой таймер, отсчитывающий реальное время, 6 автоматических программ разморозки.

Внутренняя камера выполнена из легко очищающихся материалов. Печь укомплектована несколькими решетками и книгой рецептов. Данную модель можно вмонтировать в кухонную мебель.

SUPRA SMW4400

СВЧ-печь управляется кнопками, имеет объем 23 л и мощность, равную 900 Вт. У нее предусмотрены 10 уровней мощности и 2 отдельных режима разморозки. Аппарат снабжен синхрогрилем мощностью 1350 Вт. Кроме этого, имеются встроенный таймер на 99 минут 99 секунд, часы, вращающийся поддон и решетка для гриля.

Уровень мощности и время обработки продуктов можно выбрать по своему усмотрению. Печь имеет 6 различных программ обработки, которые можно запустить нажатием одной клавиши. При этом раздается звуковой сигнал. Точно такой же сигнал прозвучит по окончании работы. В данной модели существует новшество, отсутствующее в других аппаратах. Это – таймер на включение, дающий возможность автоматического включения в заранее заданное время.

WHIRLPOOL M914

Эта печь имеет кнопочное и механическое управление. Ее мощность составляет 1000 Вт. Предусмотрен гриль мощностью 2000 Вт, таймер с отсчетом реального времени, 7 уровней мощности.

Данная модель снабжена вращающимся поддоном диаметром 32,5 см, панелью CRISP, двойной системой излучения и кнопкой JET START.

Новым способом обработки продуктов, объединяющим в себе три различных метода, является функция CRISP. После включения данной клавиши в камеру подается тепло, кроме этого, начинается микроволновое излучение, проходящее через плиту, изготовленную из специального сплава.

За весьма короткое время (2 минуты) температура в камере поднимается до 200 °С. Такой способ приготовления придает блюдам приятный золотистый цвет и, что самое важное, за более короткий срок.

CANDY MIC 303 EX

Данная модель является встраиваемой печью. Она снабжена кварцевым грилем, электронным управлением, режимом разморозки. Мощность СВЧ составляет 1000 Вт. Объем камеры – 30 л. Габариты микроволновой печи: 560 х 450 х 550 мм.

MARSHALL MW7233-GSM

Мощность СВЧ-печи равна 900 Вт. Объем камеры составляет 23 л. Данная модель имеет 9 уровней мощности, функцию разморозки, цифровой таймер на 30 минут, гриль. Также она оснащена комбинированным режимом приготовления блюд.

HMT 700A

Камера имеет объем 17 л, снабжена подсветкой. Дверца навесная. Таймер отсчета реального времени на 60 минут. Вращающийся стеклянный поддон диаметром 26 см. Печь имеет 5 уровней мощности: быстрый разогрев – 800 Вт; разогрев/тушение – 600 Вт; медленное тушение – 180 Вт; оттаивание/медленное тушение – 180 Вт; медленное оттаивание/медленное тушение – 90 Вт.

SCARLETT SC-099

Данная модель имеет внутренний объем, равный 23 л. Она оснащена цифровым таймером, управляется электроникой. Имеются программы разморозки, автоматического приготовления, автоматического разогрева. Кроме этого, есть подсветка камеры, звуковой сигнал отключения, блокировка от детей.

Печь имеет гриль, мощность СВЧ – 1100 Вт, 8 уровней мощности.

LG MS-2322U

СВЧ-печь из серии «Соло», имеет объем 20 л и систему равномерного прогрева продуктов. Мощность СВЧ составляет 800 Вт, 5 уровней мощности. Снабжена автоматическим приготовлением блюд с 3 режимами. Авторазмо-розка имеет 4 режима. Управление данной модели механическое.

Правила и принципы эксплуатации микроволновых печей

Перед тем как начать приготовление какой-либо пищи в микроволновой печи, необходимо узнать некоторые правила, которые помогут аппарату прослужить долго и надежно, а также сделают процесс приготовления пищи легким и приятным. В первую очередь следует изучить меры безопасности при установке и эксплуатации микроволновой печи, а также выбор посуды, способы ухода и некоторые особенности обработки продуктов.

Установка печи. Основные правила

Несколько мероприятий, проведенных перед началом эксплуатации, помогут избежать в будущем некоторых проблем, связанных с неправильной установкой микроволновой печи.

В первую очередь необходимо убедиться в том, что внутри камеры не осталось упаковки или каких-либо других материалов.

Микроволновую печь можно устанавливать только на плоскую, ровную поверхность без наклонов. Надо учитывать, что поверхность должна будет выдерживать на протяжении всего времени эксплуатации не только вес печи, но и посуды и продуктов, которые будут находиться внутри.

Категорически не рекомендуется располагать аппарат вблизи источников тепла, в местах повышенной влажности и рядом с легковоспламеняющимися предметами.

Камера микроволновой печи должна иметь хорошую и постоянную вентиляцию. Это требуется для того, чтобы аппарат надежно работал. Поэтому нужно выбирать место с тем учетом, чтобы сверху оставалось около 20 см свободного пространства, сзади – примерно 10 см, а по бокам – не менее 5 см для доступа воздуха. Также для обеспечения беспрепятственного доступа воздуха ни в коем случае нельзя закрывать вентиляционные отверстия микроволновой печи какими-либо предметами.

Ножки, на которых установлен аппарат, откручивать не нужно.

Начинать работу микроволновой печи нельзя до тех пор, пока не будет известно, что вращающиеся ось, столик и основание установлены в соответствии с требованиями, сообщенными в инструкции.

Сетевой шнур аппарата не должен иметь повреждений, а

также не должен соприкасаться с острыми или горячими поверхностями и попадать под печь.

Для того чтобы при возникновении неполадок в микроволновой печи аппарат можно было бы быстро обесточить, электрическая розетка должна располагаться в непосредственной близости от места установки печи.

Следует также помнить о том, что микроволновая печь не предназначена для использования на открытом воздухе.

Меры безопасности

При эксплуатации микроволновой печи необходимо не забывать о соблюдении некоторых мер безопасности.

Получения удара электрическим током, утечку микроволновой энергии, а также ожогов или травм и возникновения огня можно избежать, если помнить о следующем:

1. Перед началом эксплуатации микроволновой печи необходимо внимательно изучить инструкцию по ее использованию.

2. Не рекомендуется использовать аппарат промышленно или в лабораториях, так как он предназначен для использования только в домашних условиях.

3. Не использовать в печи химические газы или вещества. Это поможет избежать коррозии стенок камеры.

4. Нельзя включать пустую печь.

5. Не рекомендуется пользоваться аппаратом с поврежденной сетевой вилкой или шнуром.

6. Не следует включать микроволновую печь, если она неправильно работает или повреждена.

7. Нельзя оставлять машину без присмотра, если около нее находятся маленькие дети.

8. Не следует хранить в аппарате продукты.

9. Для предотвращения возникновения огня внутри камеры необходимо:

а) следить за тем, чтобы продукты не перегревались в печи;

б) наблюдать за процессом приготовления пищи, особенно в том случае, если посуда изготовлена из пластиковых, бумажных или других легковоспламеняющихся материалов;

в) перед тем как поместить продукты в микроволновую печь, удалить с упаковки проволоку. Если пламя возникло, дверцу машины надо оставить закрытой, после этого выключить аппарат.

10. Соблюдать осторожность при извлечении жидких продуктов (напитков), так как при разогреве они могут вскипеть.

11. Исключить возможность разогрева жидкости или других

продуктов, находящихся в герметичной упаковке, чтобы избежать взрыва.

12. Следует ограничить приготовление продуктов в большом количестве масла, так как при закипании масло может разбрызгаться и повредить стенки камеры и посуду.

13. Если у овощей или фруктов толстая кожура, ее следует предварительно проколоть ножом или вилкой.

14. При извлечении посуды с приготовленными продуктами необходимо пользоваться прихватками, чтобы не допустить возникновения ожогов.

15. Не следует готовить в микроволновой печи яйца, так как они могут взорваться и повредить стенки камеры.

16. После окончания работы при открывании дверцы следует находиться на расстоянии вытянутой руки от печи.

Уход за микроволновой печью

Для обеспечения хорошей и долгой работы микроволновой печи необходимо правильно за ней ухаживать. В первую очередь аппарат надо уметь очищать. Наиболее загрязненными местами являются гриль, вращающийся поддон, роликовая подставка, а также стенки камеры, дверца и ее уплотнения.

Прежде чем приступить к чистке, необходимо отключить сетевой шнур от розетки. Следует учитывать некоторые правила:

1. Остатки пищи и жидкостей со стенок камеры нужно вытирать тканью из мягкого материала, чуть смоченной в воде, не применяя при этом спреи и химически активные моющие средства, чтобы избежать повреждения или потускнения их покрытия. Если загрязнение очень сильное, то можно воспользоваться нейтральным чистящим средством.

2. Внешнюю поверхность печи очищают влажной тканью, следя за тем, чтобы вода не попадала в вентиляционные отверстия микроволновой печи.

3. Следует помнить, что окошко дверцы необходимо мыть как с наружной, так и с внутренней стороны.

4. Панель управления можно очистить влажной салфеткой из мягкой ткани. При этом надо следить, чтобы дверца была в открытом состоянии. Это будет препятствовать непроизвольному включению печи.

5. Пар, возникший из-за эксплуатации аппарата в условиях повышенной влажности, можно удалить мягкой тканью.

6. Вращающийся поддон надо довольно часто вынимать из микроволновой печи и промывать его в теплой мыльной воде или посудомоечной машине.

7. Вращающееся основание и дно внутреннего пространства камеры микроволновой печи требуют регулярного очищения. Для мытья можно воспользоваться чистящим средством с нейтральным балансом.

8. Перегоревшую лампочку не стоит менять самостоятельно. Лучше вызвать специалиста.

9. В камере аппарата часто возникают различные запахи. Для их устранения в микроволновую печь нужно поместить емкость со следующей массой – на 1 стакан воды надо взять натертую на терке кожуру 1 лимона и добавить 1 чайную ложку лимонного сока. Аппарат следует включить на 5 минут, а затем протереть стенки внутренних поверхностей мягкой тканью.

Выбор посуды

Перед тем как приобрести микроволновую печь, следует просмотреть весь имеющийся набор посуды, так как не каждый предмет можно использовать в аппарате.

Разнообразные металлы не пропускают микроволновое излучение, поэтому металлическую посуду или посуду с металлическими принадлежностями в СВЧ-печи использовать нельзя.

При обработке продуктов в микроволновой печи придается большое значение форме и размеру посуды. Самой подходящей считается посуда цилиндрической или овальной формы, так как микроволны распределяются равномерно и со всех сторон.

Квадратная или прямоугольная посуда не так удобна, потому что большое количество энергии скапливается в ее углах. Это может привести к пересыханию и пригоранию продуктов.

Также при покупке посуды для аппарата следует выбирать материалы, которые пропускают микроволны, а не отражают и не поглощают их.

Посуда для микроволновой печи может быть термоустойчивой (выдерживает температуру до 140 °С) и огнеупорной (до 250–300 °С).

К термоустойчивым материалам относятся столовый фарфор, столовое стекло, а также керамика (большинство видов).

В настоящее время можно приобрести посуду из термоустойчивых пластиков (полипропилен, полиамид), на которой стоит специальное клеймо, которое подтверждает термоустойчивость. Вышеперечисленная посуда предназначена только для использования в режиме микроволн.

Огнеупорные материалы являются более дорогими, так как подвергаются специальной дополнительной обработке и закалке. Такую посуду производят для приготовления пищи в комбинированных микроволновых печах во всех режимах, а также на электрических конфорках плит, в духовках и даже на газовых конфорках с металлическим рассекателем. Надо помнить о том, что даже огнеупорные и термоустойчивые материалы боятся резких перепадов температур. Ни в коем случае нельзя помещать такую посуду в нагретую духовку или микроволновую печь сразу из холодильника. Также не следует ставить только что вынутую из СВЧ-печи посуду на стол, где может оказаться вода. В этом случае можно потерять посуду и находящуюся в ней пищу. Обычный фарфор, фаянс, терракоту и керамику тоже можно использовать для приготовления пищи в микроволновой печи.

Главное, на что нужно обратить внимание в этом случае, – чтобы на посуде не было узоров из краски, содержащей различные металлы.

Посуда из стекла или стеклокерамики

Посуду из стеклокерамики или стекла, даже с пометкой «термоустойчивая», можно использовать только для приготовления пищи в режиме микроволн, оттаивания или разогрева блюд. Лучше всего для микроволновых печей подходят миски, тарелки и блюда из небьющегося непрозрачного матового белого стекла. Лидером по производству этого материала на сегодняшний день является Испания.

Через тонкое стекло микроволны проходят хорошо, но надо помнить о том, что могут возникнуть трещины или повреждения от очень горячей пищи.

Посуда из фарфора

В СВЧ-печах можно использовать посуду практически из всех видов фарфора, за небольшим исключением. В таких чашках можно подогревать напитки, заваривать лекарственные травы или варить кофе. Также очень удобно разогревать первые и вторые блюда в той же посуде, в которой они будут подаваться на стол.

Фаянс и керамика

Посуду из керамики и фаянса можно использовать в микроволновой печи, если она покрыта со всех сторон глазурью. Если же глазурь распределена неравномерно, то фаянс и керамика могут лопнуть. Также надо внимательно следить за тем, чтобы на такой посуде не было трещин и сколов. В посуде из керамики и фаянса лучше всего готовить омлеты, гамбургеры, яичницы, котлеты и отбивные. При извлечении тарелок или блюд из микроволновой печи надо помнить о том, что керамика и фаянс слабо пропускают микроволны, поэтому поверхность их сильно нагревается. Чтобы избежать ожогов, следует пользоваться прихваткой.

Посуда из пластика

В настоящее время существует большой выбор недорогих емкостей и контейнеров из термоустойчивого пластика. Очевидным преимуществом такой посуды является разнообразие форм и размеров. Этот материал выдерживает температуру от -40 до +140 ˚С. Если у посуды имеются крышки, то ее можно использовать для замораживания, оттаивания и приготовления продуктов.

Перед тем как приобрести посуду из пластика, нужно убедиться в наличии отметки о том, то он термоустойчив и посуду можно использовать в микроволновой печи.

Пластиковые емкости с легкостью выдерживают резкие перепады температур, то есть их можно поместить в СВЧ-печь прямо из холодильника. В посуде из термоустойчивого пластика не стоит готовить продукты с повышенным содержанием жира и сахара, чтобы избежать ее деформации.

Картон, бумага, тонкий пенопласт

Сегодня существует большой выбор продуктов, которые можно помещать в микроволновую печь в упаковке. Чаще всего это картофельное пюре, разнообразные каши в пенопластовых стаканчиках, быстрые супы и многое другое. Время разогрева должно быть минимальным.

В бумажной упаковке желательно разогревать только продукты с пониженным содержанием сахара, воды и жира. В качестве подстилающих прокладок для размораживания продуктов чаще всего используется пергаментная бумага. Также для этих целей могут подойти картонные коробки, если на дно печи постелить лист пергаментной бумаги или салфетку.

Перед разогревом в микроволновой печи сосиски, бутерброды, булочки, пирожки, круассаны и другие продукты можно завернуть в бумажные пакеты, полотенца, салфетки и пергаментную бумагу. Ни в коем случае не рекомендуется использовать промасленную бумагу, так как она может быстро и легко загореться.

В настоящее время можно приобрести одноразовую посуду из картона с термоустойчивым покрытием. Перед покупкой следует обязательно обратить внимание на наличие разрешения на использование в микроволновой печи.

Следует помнить о том, что бумага легко воспламеняется, поэтому следует сократить время разогрева до минимума.

Хлопчатобумажная ткань и бумажные салфетки

Хлопчатобумажные и льняные салфетки используются в основном для разогрева продуктов. В них можно завернуть выпечку. При таком способе она не пересыхает и не отмокает. Также салфетки используются для того, чтобы вращающийся диск микроволновой печи не засыпался крошками.

Пленки и пакеты

При использовании в микроволновой печи пластиковых пакетов и пленок следует соблюдать некоторую осторожность.

При оттаивании и разогреве продуктов нельзя плотно заворачивать их в пакеты. Быстро расширившийся воздух внутри может вызвать взрыв. Для того чтобы воздух беспрепятственно выходил из пакета, можно предварительно проколоть несколько отверстий или оставить пакет открытым.

В настоящее время в продажу поступил новый вид пластиковой пленки – прозрачная фольга. Ее поверхность покрыта дырочками для выхода воздуха. Достоинствами такого материала является то, что он плотно и легко облегает любые поверхности и предотвращает пересыхание продуктов. В прозрачную фольгу можно заворачивать рыбу, птицу, мясо и другие продукты, а также можно затягивать верх посуды, в которой готовится блюдо.

Для защиты продуктов от перегревания можно заворачивать их в алюминиевую фольгу. При этом надо следить за тем, чтобы она не была расположена близко к внутренним стенкам камеры, так как это может привести к возникновению огня или искр.

Приготовление пищи. Основные принципы

При приготовлении блюд в микроволновой печи надо помнить о том, что горячий воздух в ее камере распределяется неравномерно. Из этого следует, что в некоторых частях аппарата продукты готовятся быстрее. Для сокращения времени приготовления существуют некоторые принципы и приемы.

1) Продукты следует располагать в посуде равномерно и аккуратно, толстыми частями к краям.

2) При приготовлении продуктов надо внимательно следить за временем. Из указанного в рецептах времени надо выбрать самое короткое, а при необходимости продолжить приготовление.

3) Если продукты варятся или запекаются, нужно закрывать посуду крышкой. Это обеспечит продуктам равномерное приготовление, а также исключит возможность разбрызгивания и расплескивания жидкости. Приемами приготовления считаются переворачивание, размешивание, раскладывание, местоположение, подрумянивание, защита и другое.

Подрумянивание

У блюда, приготовленного в микроволновой печи, отсутствует румяная корочка. Это происходит из-за того, что сахар и жиры, находящиеся в продуктах, не успевают карамелизоваться. Для того чтобы придать блюду более аппетитный вид, можно посыпать мясо паприкой или панировочными сухарями, а также использовать готовую глазурь для обмазки тортов и пирогов.

Местоположение

Для того чтобы все порции блюда приготовились равномерно, их следует располагать по кругу поддона на одинаковом расстоянии друг от друга, а не в центре.

Переворачивание

Переворачивание позволяет приготовляемой пище прогреться со всех сторон. В первую очередь это относится к крупным кускам птицы или мяса.

Размешивание

Данный прием обеспечивает равномерное распределение тепловой энергии и микроволн на весь продукт. В процессе приготовления можно перемешать пищу от края к центру. Это сократит время приготовления.

Раскладывание

В центр вращающегося поддона необходимо класть тонкие и маленькие куски пищи, а по краям – наоборот.

Рецепты блюд для микроволновых печей

На скорую руку

Самой распространенной пищей, которую можно быстро приготовить в микроволновой печи, являются горячие бутерброды, гамбургеры, пицца и прочие изделия из теста. Но для того, чтобы процесс их приготовления был легким и приятным даже для начинающих, необходимо соблюдать некоторые правила.

В первую очередь надо застелить поддон или тарелку куском фольги, а на нее положить бумажную салфетку. Это делается для того, чтобы хлеб не отсырел.

Бутерброды и разнообразные изделия из теста получатся хрустящими, если они будут находиться в микроволновой печи столько времени, сколько указано в рецепте.

Ветчину, колбасу, язык и подобные продукты для приготовления горячих бутербродов лучше всего нарезать ломтиками средней толщины, чтобы избежать их пересыхания, сыр и овощи – тонкими.

Горячие бутерброды

Горячие бутерброды – самые незначительные по сложности из всех блюд, которые можно приготовить в микроволновой печи. Их можно подать к столу как основное блюдо или как легкую закуску. Бутерброды при желании можно сделать сладкими, деликатесными, острыми и диетическими. Выбор продуктов, подходящих в качестве начинки, неограничен. Это могут быть овощи и фрукты, мясо и рыба, приправленные специями.

Во всем разнообразии представленных ниже горячих бутербродов каждый обязательно найдет что-нибудь по своему вкусу.

Горячие бутерброды с ветчиной

Компоненты

Хлеб черный – 4 ломтика, ветчина – 4 ломтика, брынза измельченная – 4 чайные ложки, масло сливочное – 4 чайные ложки, базилик или укроп (измельченный) – 2 чайные ложки, чеснок – 2 зубчика, огурец – 1 шт.

Способ приготовления

Пропущенный через чеснокодавилку чеснок смешать с нарезанным укропом или базиликом и измельченной брынзой. Огурец нарезать тонкими ломтиками. Хлеб смазать сливочным маслом и выложить сверху смесь из чеснока, брынзы и зелени. На каждый кусок хлеба выложить по кружочку огурца и кусочку ветчины.

Бутерброды положить на застеленную фольгой тарелку и поместить в микроволновую печь. Запекать в течение 30 секунд при максимальной мощности.

Горячие бутерброды с сыром и помидорами

Компоненты

Хлеб белый поджаренный – 4 ломтика, сыр острый – 4 ломтика, маслосливочное – 4 чайные ложки, помидор – 1 шт., паприка, укроп.

Способ приготовления

Поджаренный белый хлеб смазать сливочным маслом. Выложить на каждый ломтик по кружочку предварительно вымытого и нарезанного помидора, накрыть ломтиками сыра твердых сортов и посыпать паприкой.

Бутерброды прогревать в течение 40 секунд при максимальной мощности.

Перед подачей украсить укропом.

Горячие бутерброды с мускатным орехом

Компоненты

Батон, предварительно прожаренный, – 4 ломтика, брынза – 4 ломтика, масло сливочное – 4 чайные ложки, помидор – 1 шт., орех мускатный молотый

Способ приготовления

Помидор вымыть и нарезать кружочками. Ломтики батона смазать сливочным маслом. Сверху положить по кружочку помидора, посыпать мускатным орехом и накрыть брынзой.

Бутерброды поместить в микроволновую печь и запекать при максимальной мощности 40 секунд.

Горячие бутерброды с мойвой

Компоненты

Хлеб белый – 4 ломтика, лук репчатый – 1 шт., яйца куриные – 2 шт., мойва пряного посола – 8 шт., брынза измельченная – 4 чайные ложки, масло сливочное – 4 чайные ложки, лук зеленый – 1 пучок, укроп.

Способ приготовления

Зеленый лук и укроп промыть и мелко нарезать. Луковицу очистить и нарезать кольцами.

Мойву пропустить через мясорубку. Перемешать измельченную брынзу, зеленый лук, мойву и сырые яйца. Хлеб смазать маслом, сверху выложить полученную массу и украсить кольцами лука.

Запекать при средней мощности 20 секунд.

Перед подачей украсить укропом.

Горячие бутерброды с карри

Компоненты

Хлеб белый или черный – 4 ломтика, ветчина телячья – 4 ломтика, сыр голландский – 4 ломтика, масло сливочное – 4 чайные ложки, петрушка – 4 веточки, помидор – 1 шт., карри.

Способ приготовления

Ломтики хлеба поджарить. Помидор вымыть и нарезать кружочками. Смазать поджаренный хлеб сливочным маслом, выложить сверху ломтики ветчины, помидора и сыра, посыпать карри.

Держать в микроволновой печи 20 секунд при средней мощности.

Украсить перед подачей на стол веточками петрушки.

Горячие бутерброды с грибами

Компоненты

Хлеб белый – 4 ломтика, мясо вареное – 4 ломтика, маслины – 4 шт., помидор – 1 шт., перец сладкий – 1 шт.,

лук репчатый – 1 шт., масло сливочное – 4 чайные ложки, шампиньоны (предварительно прожаренные и измельченные) – 2 столовые ложки.

Способ приготовления

Ломтики хлеба поджарить. Лук почистить, нарезать кольцами и обжарить в сливочном масле до золотистого цвета. Вымыть помидор и перец.

Помидор нарезать кружочками. Из перца удалить семена и плодоножку и нарезать его колечками. Смешать обжаренные грибы и лук. Хлеб смазать маслом, выложить сверху ломтики вареного мяса, грибы с луком, кружки помидора и колечки сладкого перца.

Поместить бутерброды в микроволновую печь и держать в течение 30 секунд при средней мощности. Перед подачей на стол украсить маслинами.

Горячие бутерброды с аджикой

Компоненты

Хлеб белый – 4 ломтика, мясо вареное – 4 ломтика, сыр острый твердых сортов – 4 ломтика, майонез – 4 чайные ложки, аджика – 1 чайная ложка.

Способ приготовления

Ломтики белого хлеба смазать майонезом, сверху выложить кусочки мяса, аджику и ломтики сыра.

Запекать бутерброды в течение 30 секунд при максимальной мощности.

Горячие бутерброды с красной рыбой

Компоненты

Хлеб ржаной – 4 ломтика, рыба красная копченая – 4 ломтика, майонез – 4 чайные ложки, лук зеленый – 1 пучок, укроп, карри

Способ приготовления

Зеленый лук и укроп промыть. Лук мелко нарезать, смешать с майонезом и карри. Ломтики ржаного хлеба смазать полученной смесью и выложить сверху ломтики красной рыбы.

Поместить бутерброды в микроволновую печь и прогревать в течение 40 секунд при средней мощности. После этого украсить веточками укропа. При желании можно добавить молотый мускатный орех, черный перец и немного кетчупа.

Горячие бутерброды с овощами

Компоненты

Батон – 4 ломтика, помидор – 1 шт., огурец – 1 шт., перец сладкий – 1 шт., масло растительное – 4 чайные ложки, сок лимонный – 1 чайная ложка, лук зеленый – 1 пучок, укроп

Способ приготовления

Помидор, огурец, сладкий перец, укроп и зеленый лук промыть. Огурец и помидор нарезать тонкими кружочками, а перец – полосками. Зеленый лук и укроп измельчить и смешать с растительным маслом, а затем полученной смесью смазать ломтики батона. Ломтики помидора, огурца и сладкого перца выложить сверху и полить лимонным соком.

Бутерброды поместить в микроволновую печь и прогревать в течение 20 секунд при максимальной мощности.

Горячие бутерброды с куриными шницелями

Компоненты

Хлеб ржаной – 4 ломтика, шницель куриный сырой – 4 шт., огурец консервированный – 1 шт., сыр острый твердых сортов – 4 ломтика, масло сливочное – 4 чайные ложки, базилик, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Шницели приготовить в микроволновой печи при максимальной мощности, предварительно посолив и посыпав черным молотым перцем. Ломтики хлеба смазать сливочным маслом. Нарезать консервированный огурец тонкими кружочками. На хлеб выложить шницели, ломтики сыра и кружочки огурца. Посыпать бутерброды предварительно измельченным базиликом.

Готовить 40 секунд при максимальной мощности.

Горячие бутерброды с белым вином

Компоненты

Батон – 4 ломтика, шницели из индейки – 2 шт., лук зеленый – 1 пучок, сыр натертый острый твердых сортов – 4 столовые ложки, мята – 4 листика, вино сухое белое – 4 столовые ложки, масло сливочное – 4 чайные ложки, базилик, перец черный молотый, перец красный молотый, соль

Способ приготовления

Шницели разрезать вдоль на две половинки, посыпать их солью и молотым перцем, полить вином. После этого поместить в микроволновую печь и запекать при максимальной мощности 40 секунд.

Ломтики батона смазать сливочным маслом. Мелко нарезать базилик и зеленый лук.

Приготовленные шницели выложить на хлеб, посыпать сверху луком, базиликом и сыром.

Бутерброды запекать при средней мощности 30 секунд.

После этого украсить листиками мяты.

Совет. В данном рецепте белое вино можно заменить лимонным соком. Вместо шницелей можно использовать ветчину из индейки, а вместо базилика – петрушку или укроп.

Горячие бутерброды с тыквой

Компоненты

Хлеб пшенично-ржаной с кориандром – 4 ломтика, сыр острый – 4 ломтика, масло сливочное – 4 чайные ложки, пюре тыквенное – 4 чайные ложки, петрушка, корица

Способ приготовления

Ломтики хлеба смазать сливочным маслом. В заранее приготовленное тыквенное пюре добавить корицу и смазать полученной смесью хлеб. Сверху выложить ломтики сыра.

Бутерброды поместить в микроволновую печь и держать 40 секунд при максимальной мощности.

Перед подачей украсить петрушкой.

Горячие бутерброды со шпротами

Компоненты

Хлеб белый – 4 ломтика, помидор – 1 шт., шпроты – 1 банка, майонез – 4 чайные ложки, лук зеленый – 1 пучок, укроп

Способ приготовления

Помидор помыть и нарезать тонкими кружочками. Зеленый лук измельчить. Ломтики хлеба смазать майонезом, выложить на них кусочки помидора, сверху – шпроты.

Полученные бутерброды посыпать зеленым луком и поместить в микроволновую печь на 20 секунд при максимальной мощности.

Перед подачей на стол украсить веточками укропа.

Горячие бутерброды с вареным мясом

Компоненты

Хлеб белый – 4 ломтика, мясо вареное – 4 ломтика, сыр – 4 ломтика, кетчуп – 4 чайные ложки, масло сливочное – 2 столовые ложки, лук зеленый – 1 пучок, укроп

Способ приготовления

Зеленый лук и укроп промыть и мелко нарезать. Ломтики хлеба поджарить на сливочном масле, выложить на них смазанные кетчупом кусочки вареного мяса и накрыть их ломтиками сыра. Сверху посыпать зеленым луком и укропом.

Поместить бутерброды в печь и прогревать в течение 40 секунд при полной мощности.

Горячие бутерброды с кетчупом

Компоненты

Хлеб белый – 4 ломтика, сыр – 4 ломтика, масло сливочное – 4 чайные ложки, кетчуп острый «Чили» – 4 чайные ложки, укроп

Способ приготовления

Укроп вымыть и измельчить. Ломтики хлеба смазать сливочным маслом, на них выложить смазанные кетчупом ломтики сыра. Бутерброды посыпать укропом и поместить в микроволновую печь. Держать 40 секунд при полной мощности.

Горячие бутерброды с салатом

Компоненты

Хлеб белый – 4 ломтика, сыр острый, натертый на крупной терке, – 4 столовые ложки, огурец маринованный – 1 шт., помидор – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., сметана – 3 столовые ложки, укроп, паприка, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Ломтики хлеба сушить в микроволновой печи при средней мощности 20 секунд. Луковицу очистить и измельчить. Огурец и укроп вымыть и мелко нарезать. Помидор нарезать тонкими кружочками.

Смешать измельченный огурец, лук и сыр, добавить к ним сметану, соль, черный перец и паприку.

Полученный салат выложить на ломтики хлеба, сверху поместить кружочки помидора и посыпать укропом.

Бутерброды поместить в микроволновку и запекать при максимальной мощности 40 секунд.

Горячие бутерброды с грибами и ветчиной

Компоненты

Для теста:

Мука – 3 столовые ложки, вода – 2 столовые ложки, яйцо – 1 шт., соль.

Для начинки:

Ветчина – 4 ломтика, сыр острый твердых сортов – 4 ломтика, грибы вешенки – 4 шт., лук репчатый – 1 шт., масло сливочное – 4 чайные ложки, кетчуп острый – 4 чайные ложки, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Яйцо взбить с солью, в полученную смесь добавить воду, всыпать муку и заместить тесто, из которого нужно сделать 4

лепешки.

Грибы вешенки вымыть, мелко нарезать и смешать с предварительно очищенной и измельченной луковицей. Полученную массу посолить, поперчить и поджарить на сливочном масле.

Лепешки из теста смазать кетчупом, сверху положить ломтики ветчины, грибы и сыр. Бутерброды посыпать перцем и запекать в микроволновой печи при максимальной мощности 40 секунд.

Горячие бутерброды с творогом

Компоненты

Хлеб белый – 4 ломтика, яблоко сладкое среднего размера – 1 шт. творог – 4 чайные ложки, сметана – 2 чайные ложки, пудра сахарная – 2 чайные ложки, масло сливочное – 2 чайные ложки, корица

Способ приготовления

Ломтики хлеба обжарить на сливочном масле. Яблоко помыть, очистить от кожуры, удалить сердцевину и семена и натереть.

Творог смешать с корицей, сахарной пудрой, сметаной и натертым яблоком. Этой массой смазать ломтики хлеба.

Бутерброды поместить на тарелку и запекать в микроволновой печи 30 секунд при максимальной мощности.

Горячие бутерброды с бананом

Компоненты

Батон – 4 ломтика, сыр пряных сортов – 4 ломтика, масло шоколадное – 4 чайные ложки, бананы – 2 шт.

Способ приготовления

Ломтики батона смазать шоколадным маслом, выложить нарезанные кружочками очищенные бананы и накрыть сверху сыром.

Поместить бутерброды в микроволновую печь и прогревать в течение 40 секунд при максимальной мощности.

Совет. В этом рецепте шоколадное масло можно заменить обычным сливочным, а бананы – любыми другими фруктами.

Горячие бутерброды с сардинами

Компоненты

Хлеб пшенично-ржаной – 4 ломтика, оливки – 4 шт., перец сладкий красный – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., масло сливочное – 4 чайные ложки, сыр, натертый на крупной терке, – 4 чайные ложки, сардины – 1 банка, сок лимонный – 1 чайная ложка, зелень петрушки.

Способ приготовления

Сардины выложить из банки и разделить на небольшие кусочки.

Перец помыть, удалить семена и плодоножку и нарезать тонкими полосками. Луковицу очистить и нарезать колечками. Петрушку вымыть и измельчить.

Ломтики хлеба смазать сливочным маслом, положить кусочки сардин, нарезанный перец и лук, полить лимонным соком и посыпать петрушкой и сыром.

Бутерброды запекать в течение 40 секунд при полной мощности.

Перед подачей на стол украсить оливками.

Горячие бутерброды с горчицей

Компоненты

Хлеб черный – 4 ломтика, бекон – 4 ломтика, сыр – 4 ломтика, масло сливочное – 4 чайные ложки, горчица – 2 чайные ложки, укроп, перец черный молотый

Способ приготовления

Укроп вымыть и измельчить. Ломтики хлеба смазать сливочным маслом и готовой горчицей, выложить сверху бекон, посыпать перцем, накрыть кусочками сыра и посыпать укропом.

Бутерброды поместить в микроволновую печь и прогревать 40 секунд при полной мощности.

Горячие бутерброды с копчеными сосисками

Компоненты

Хлеб ржаной – 4 ломтика, сосиски копченые – 4 шт.,

сыр острый, натертый на крупной терке, – 4 чайные ложки, масло сливочное – 4 чайные ложки, салат зеленый – 4 листика

Способ приготовления

Ломтики хлеба смазать сливочным маслом и выложить листики салата. С сосисок снять оболочку, разрезать вдоль на две части, положить на хлеб и посыпать сверху тертым сыром.

Бутерброды положить на тарелку и поместить в микроволновую печь, где запекать в течение 40 секунд при максимальной мощности. Готовые бутерброды перед подачей на стол можно полить кетчупом.

Горячие бутерброды с ананасом и авокадо

Компоненты

Хлеб белый – 4 ломтика, мясо вареное – 4 ломтика, сыр мягких сортов – 4 ломтика, кусочки ананаса – 4 шт., кусочки авокадо – 4 шт., масло сливочное, паприка

Способ приготовления

Ломтики хлеба поджарить на сливочном масле. На них выложить кусочки мяса, ананаса, авокадо, сыр и посыпать паприкой.

Держать в микроволновой печи 40 секунд при максимальной мощности.

Горячие бутерброды с грушей и крыжовником

Компоненты

Хлеб пшенично-ржаной – 4 ломтика, сыр с плесенью – 4 ломтика, груши твердые небольшого размера – 2 шт., масло сливочное – 4 чайные ложки, крыжовник – 2 столовые ложки, корица

Способ приготовления

Крыжовник вымыть, просушить, размять и посыпать корицей. Груши промыть, удалить из них сердцевины и семена и нарезать тонкими ломтиками.

Ломтики хлеба смазать сливочным маслом, выложить на них крыжовник. Сверху положить кусочки сыра и ломтики груш.

Полученные бутерброды поместить в микроволновую печь и запекать в течение 40 секунд при максимальной мощности.

Горячие бутерброды с брынзой

Компоненты

Хлеб белый – 4 ломтика, ветчина – 4 ломтика майонез – 4 чайные ложки, брынза – 4 чайные ложки, масло сливочное – 4 чайные ложки, помидор – 1 шт., лук зеленый – 1 пучок, зелень петрушки.

Способ приготовления

Зеленый лук и петрушку вымыть и мелко нарезать. Брынзу перемешать со сливочным маслом, майонезом, зеленым луком и петрушкой.

Ломтики хлеба смазать полученной смесью, сверху выложить ветчину. Помидор вымыть, нарезать тонкими кружочками и положить на ветчину.

Бутерброды держать в микроволновой печи при максимальной мощности 30 секунд.

Горячие бутерброды по-бакински

Компоненты

Хлеб ржаной – 4 ломтика, помидор – 1 шт., баклажан среднего размера – 1 шт., чеснок – 2 зубчика, майонез – 4 чайные ложки, масло сливочное – 4 чайные ложки, зелень петрушки, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Баклажан вымыть, очистить от кожуры, нарезать тонкими ломтиками и посыпать солью и перцем. После этого запекать баклажан в микроволновой печи при максимальной мощности в течение 2 минут.

Помидор помыть и нарезать тонкими кружочками. Чеснок очистить, пропустить через чеснокодавилку и смешать с майонезом.

Ломтики хлеба смазать сливочным маслом, положить на них кусочки баклажана и смазать чесночно-майонезной массой. Сверху выложить кружочки помидора, смазанные майонезом.

Бутерброды поместить в микроволновую печь и запекать в

течение 20 секунд при максимальной мощности.

Перед подачей украсить веточками петрушки.

Совет. В данном рецепте ржаной хлеб можно заменить белым, а вместо помидора использовать томатный соус или кетчуп.

Горячие бутерброды по-деревенски

Компоненты

Хлеб черный – 4 ломтика, мясо вареное – 4 ломтика, огурец – 1 шт., масло растительное – 4 чайные ложки, хрен натертый – 2 чайные ложки, зелень петрушки или укропа

Способ приготовления

Огурец и зелень промыть и нарезать. Хрен смешать с растительным маслом и добавить измельченную зелень. Полученной смесью смазать ломтики хлеба, сверху выложить кусочки мяса и кружочки огурца.

Бутерброды поместить в микроволновую печь и прогревать 20 секунд приполной мощности.

Совет. Вместо вареного мяса в данном рецепте можно использовать вареную колбасу любого сорта, а растительное масло заменить майонезом.

Горячие бутерброды по-кавказски

Компоненты

Лаваш – 4 куска, сметана – 4 чайные ложки, сыр сулугуни, предварительно измельченный, – 4 чайные ложки, перец красный молотый

Способ приготовления

Лаваш смазать сметаной, посыпать сыром и красным перцем.

Полученные бутерброды поместить в печь и прогревать в течение 40 секунд при максимальной мощности.

Горячие бутерброды по-гречески

Компоненты

Хлеб белый – 4 ломтика, сыр – 4 ломтика, оливки, фаршированные анчоусами, – 8 шт., кетчуп острый – 4 чайные ложки, масло сливочное – 2 чайные ложки, зелень петрушки, перец красный молотый

Способ приготовления

Ломтики хлеба обжарить на сливочном масле и смазать кетчупом. Сверху положить кусочки сыра, оливки и посыпать перцем.

Бутерброды прогревать в печи при полной мощности 20 секунд. Перед подачей на стол можно украсить веточками петрушки.

Горячие бутерброды по-украински

Компоненты

Хлеб ржаной – 4 ломтика, сало свиное соленое, с прослойкой мяса – 4 ломтика, лук репчатый – 1 шт., перец красный молотый

Способ приготовления

Луковицу почистить, нарезать мелкими кольцами. На ломтики хлеба выложить сало, лук и посыпать перцем.

Бутерброды поместить в микроволновую печь и запекать в течение 30 секунд при максимальной мощности.

Горячие бутерброды по-средиземноморски

Компоненты

Булочки – 4 шт., яйца – 2 шт., перец сладкий – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., огурец соленый – 1 шт., маслины – 8 шт., сардины в масле – 1 банка, масло сливочное – 4 чайные ложки, майонез – 4 чайные ложки, сыр, натертый на крупной терке, – 3 чайные ложки

Способ приготовления

Яйца отварить, очистить и натереть на крупной терке. Луковицу очистить и мелко нарезать. Сардины вынуть из банки и измельчить вилкой. Вынуть из перца семена, отделить плодоножку и нарезать мелкими кусочками.

В миске смешать лук, перец, яйца, сардины, майонез и мелко

нарезанные огурец и маслины.

Булочки разрезать вдоль, немного не дорезая до конца, вынуть из них мякиш, смазать сливочным маслом и заполнить полученной массой. Посыпать сыром.

Бутерброды завернуть в пергаментную бумагу и запекать в течение 50 секунд при максимальной мощности.

Горячие бутерброды «Острые»

Компоненты

Хлеб ржаной – 4 ломтика, помидор – 1 шт., чеснок – 4 зубчика, майонез – 4 чайные ложки, сыр острый твердых сортов, натертый на крупной терке, – 4 чайные ложки, карри

Способ приготовления

Помидор помыть и нарезать тонкими кружочками. Чеснок пропустить через чеснокодавилку и перемешать с майонезом. Полученной массой смазать хлеб, выложить сверху ломтики помидора, посыпать сыром и карри.

Полученные бутерброды поместить на тарелку и держать в микроволновой печи 40 секунд при максимальной мощности.

Горячие бутерброды «Дачные»

Компоненты

Батон – 4 ломтика, колбаса вареная – 4 ломтика, майонез – 4 чайные ложки, зелень укропа измельченная

Способ приготовления

Батон смазать майонезом, выложить ломтики колбасы и посыпать заранее измельченным укропом.

В микроволновой печи держать 20 секунд при средней мощности.

Горячие бутерброды «Морские»

Компоненты

Хлеб пшенично-ржаной – 4 ломтика, масло

сливочное – 4 чайные ложки, чеснок – 3 зубчика, шпроты – 1 банка, укроп измельченный, карри

Способ приготовления

Чеснок пропустить через чеснокодавилку и смешать со сливочным маслом. Этой массой смазать ломтики хлеба, сверху выложить шпроты, посыпать заранее измельченным укропом и карри.

Бутерброды поместить в микроволновую печь и запекать 40 секунд при средней мощности.

Совет. Вместо пшенично-ржаного хлеба в данном рецепте можно использовать белый, а шпроты заменить копченой красной рыбой, а также добавить по желанию специи и приправы.

Горячие бутерброды «Аппетитные»

Компоненты

Хлеб ржаной – 4 ломтика, яйца куриные – 2 шт., помидор среднего размера – 1 шт., лук зеленый – 1 пучок, сыр твердых сортов, натертый на крупной терке, – 2 столовые ложки, майонез – 4 чайные ложки, зелень петрушки, перец черный молотый

Способ приготовления

Яйца сварить до полной готовности, остудить, очистить и натереть. Зеленый лук и петрушку вымыть и измельчить. Помидор помыть и нарезать тонкими кружочками.

Майонез смешать с яйцами, сыром, зеленым луком и перцем. Полученную смесь намазать на ломтики хлеба, выложить помидор и посыпать петрушкой.

Бутерброды поместить в печь и запекать в течение 30 секунд при максимальной мощности.

Горячие бутерброды «Украинские»

Компоненты

Хлеб ржаной – 4 ломтика, сало копченое – 4 ломтика, лук репчатый – 1 шт., помидор – 1 шт., зелень петрушки измельченная, перец красный молотый

Способ приготовления

Луковицу почистить и нарезать тонкими кольцами. На ломтики хлеба выложить сало, лук и предварительно нарезанный помидор.

Посыпать сверху измельченной петрушкой и перцем.

Запекать в течение 40 секунд при полной мощности.

Горячие бутерброды «Вкусные»

Компоненты

Хлеб белый – 4 ломтика, палочки крабовые – 4 шт., листья зеленого салата – 4 шт., яйцо куриное – 1 шт., кукуруза консервированная – 3 чайные ложки, майонез – 2 чайные ложки, масло сливочное, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Крабовые палочки измельчить. Яйцо сварить, остудить, очистить и очень мелко нарезать.

Перемешать крабовые палочки, консервированную кукурузу, яйцо и майонез. В полученную смесь добавить соль и перец по вкусу.

Ломтики хлеба обжарить в сливочном масле. На них положить листики салата и полученную массу.

Бутерброды выложить на тарелку и поместить в микроволновую печь, где запекать в течение 20 секунд при средней мощности.

Горячие бутерброды «Сырные»

Компоненты

Хлеб черный – 4 ломтика, сыр – 4 ломтика, яйца – 2 шт., лук зеленый – 1 пучок, майонез – 2 чайные ложки, соль

Способ приготовления

Зеленый лук вымыть и измельчить. Яйца сварить до полной готовности, остудить, почистить и натереть на крупной терке.

В отдельной тарелке перемешать майонез с зеленым луком и яйцами и посолить. Полученной массой смазать ломтики хлеба и накрыть сыром.

Бутерброды выложить на поддон и запекать в течение 30

секунд при максимальной мощности.

Горячие бутерброды «Мясные»

Компоненты

Для теста:
мука – 3 столовые ложки, яйцо – 1 шт., вода, сахар.
Для начинки:
фарш говяжий – 4 столовые ложки, брынза измельченная – 4 чайные ложки, шампиньон свежий – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., зелень петрушки, перец черный молотый, соль.

Способ приготовления

Взбить яйцо с сахаром, добавить муку и воду для получения крутого теста. Изготовить 4 лепешки.

Луковицу и шампиньон почистить и измельчить. Фарш перемешать с грибами, луком и предварительно нарезанной петрушкой, посолить и поперчить по вкусу. Из полученной смеси сделать 2 лепешки и поместить их на 2 часа в холодильник. По прошествии этого времени лепешки необходимо прогревать в микроволновой печи в течение 2 минут на максимальной мощности.

На лепешку из теста положить лепешку из фарша, посыпать ее сверху брынзой и накрыть второй лепешкой из теста.

Бутерброды запекать 3 минуты при полной мощности.

Горячие бутерброды «Калорийные»

Компоненты

Хлеб ржаной – 4 ломтика, лук репчатый небольшого размера – 1 шт., печень трески консервированная – 1 банка, масло сливочное – 4 чайные ложки, зелень петрушки.

Способ приготовления

Луковицу почистить и нарезать тонкими кольцами. Ломтики хлеба смазать сливочным маслом и выложить сверху печень трески и нарезанный лук.

Прогревать 20 секунд при средней мощности. Украсить веточками петрушки.

Горячие бутерброды «Пикник»

Компоненты

Хлеб черный – 4 ломтика, ветчина из индейки – 4 ломтика, оливки – 4 шт., огурец маринованный – 1 шт., чеснок – 2 зубчика, майонез – 4 чайные ложки, зелень петрушки

Способ приготовления

Огурец нарезать кружочками. Чеснок пропустить через чеснокодавилку, смешать с майонезом и смазать этой массой ломтики хлеба. Сверху выложить ветчину и огурец. Петрушку измельчить.

Бутерброды выложить на тарелку и поставить в микроволновую печь, где прогревать в течение 20 секунд при максимальной мощности.

Перед подачей на стол украсить оливками и посыпать зеленью петрушки.

Горячие бутерброды «Вкус океана»

Компоненты

Хлеб белый – 4 ломтика, лосось в масле – 1 банка, лук репчатый – 1 шт., маслины – 4 шт., сыр, натертый на крупной терке, – 4 чайные ложки, масло сливочное – 4 чайные ложки, сок лимонный – 1 чайная ложка

Способ приготовления

Луковицу очистить и нарезать тонкими кольцами. Хлеб смазать сливочным маслом. Сверху выложить кусочки лосося, кольца лука, полить лимонным соком и посыпать сыром.

Бутерброды поместить в микроволновую печь и прогревать 20 секунд при максимальной мощности. Перед подачей украсить маслинами.

Горячие бутерброды «Помидорка»

Компоненты

Хлеб ржаной – 4 ломтика, помидор среднего размера – 1 шт., перец сладкий зеленый – 1 шт., лук зеленый – 1

пучок, масло сливочное – 4 чайные ложки, зелень укропа

Способ приготовления

Овощи вымыть. У перца удалить семена и плодоножку, нарезать кольцами. Помидор нарезать тонкими кружочками. Зеленый лук и укроп измельчить.

Хлеб смазать сливочным маслом, сверху выложить кружочки помидора, перец, зеленый лук и укроп.

Бутерброды положить на блюдо и прогревать в микроволновой печи в течение 30 секунд при максимальной мощности.

Горячие бутерброды «Рыбка»

Компоненты

Хлеб пшенично-ржаной – 4 ломтика, яйцо куриное – 1 шт., ставрида в масле – 1 банка, лук зеленый – 1 пучок, масло сливочное – 4 чайные ложки

Способ приготовления

Зеленый лук помыть и измельчить. Яйцо сварить вкрутую, остудить, очистить и нарезать мелкими кусочками. Перемешать измельченное яйцо, сливочное масло и зеленый лук. Полученной массой смазать ломтики хлеба. Сверху выложить некрупные кусочки ставриды. Бутерброды поставить в микроволновую печь и запекать в течение 30 секунд при средней мощности.

Гамбургеры

Гамбургеры появились на столах в нашей стране сравнительно недавно, но уже успели понравиться многим. В книге приведено несколько самых распространенных рецептов их приготовления в домашних условиях.

Гамбургеры с грибами

Компоненты

Булочка – 4 шт., грибы консервированные – 2 шт., лук репчатый небольшого размера – 1 шт., фарш куриный – 350 г, вино сухое белое – 3 столовые ложки, перец черный молотый, перец красный молотый, зелень

укропа, соль

Способ приготовления

Луковицу очистить и мелко нарезать. Укроп вымыть и измельчить. Грибы нарезать маленькими кубиками. Перемешать готовый куриный фарш, грибы, лук, измельченный укроп, черный и красный перец и соль по вкусу.

Из полученной массы сделать 4 лепешки, полить их белым вином и поместить на 2 часа в холодильник. После этого поставить лепешки в микроволновую печь и запекать при максимальной мощности в течение 1 минуты. Затем перевернуть их и прогревать еще 1 минуту.

Булочки разрезать вдоль на 2 части, немного не дорезая до конца. Затем вынуть из них мякиш и поместить внутрь лепешки из куриного фарша.

Гамбургеры запекать в печи в течение 20 секунд при максимальной мощности.

Гамбургеры с эстрагоном

Компоненты

Булочка – 4 шт., мясо – 600 г, яйцо куриное – 1 шт., яблоко кисло-сладкое – 1 шт., хлопья овсяные – 6 столовых ложек, сок томатный – 3 столовые ложки, эстрагон сушеный – 1/2 чайной ложки, карри – 1/2 чайной ложки, лук зеленый – 1 пучок, зелень петрушки, перец черный молотый, соль.

Способ приготовления

Мясо разморозить и мелко нарезать. Зеленый лук и петрушку помыть и измельчить. Яблоко вымыть, очистить от кожуры, удалить сердцевину и семечки и нарезать мелкими кусочками. Смешать овсяные хлопья, яблоко, мясо, яйцо, петрушку, зеленый лук, томатный сок, эстрагон и карри. Полученную смесь посолить и поперчить по вкусу. Все тщательно перемешать и сделать 4 лепешки.

Лепешки поместить на блюдо, застеленное фольгой, и прогревать в микроволновой печи в течение 2 минут при максимальной мощности.

Булочки разрезать вдоль на 2 части, поместить внутрь мясные лепешки.

Гамбургеры с куриной печенью

Компоненты

Фарш куриный – 600 г, тесто бисквитное – 400 г, печень куриная – 200 г, грибы маринованные – 2 шт., лук репчатый среднего размера – 1/2 шт., чеснок – 2 зубчика, кетчуп – 2 чайные ложки, масло сливочное – 4 чайные ложки, перец черный молотый, соль.

Способ приготовления

Чеснок очистить и натереть на мелкой терке. Маринованные грибы и лук измельчить. Куриную печень пропустить через мясорубку, добавить лук, чеснок, посолить и поперчить по вкусу.

Из полученной массы сформовать 4 лепешки и прожарить их на сливочном масле в течение 1 минуты в микроволновой печи при максимальной мощности.

В готовый куриный фарш добавить соль и черный молотый перец по вкусу, сделать из него 4 лепешки и также прожарить на сливочном масле в печи в течение 1 минуты.

Бисквитное тесто раскатать и разделить на 8 лепешек. Смазать тесто кетчупом, выложить мясные лепешки, потом грибы, а затем печеночные лепешки. Сверху накрыть еще одной бисквитной лепешкой.

Гамбургеры выложить на поддон и запекать в микроволновой печи в течение 2 минут при максимальной мощности.

Гамбургеры по-венски

Компоненты

Тесто бисквитное – 100 г, фарш куриный – 4 столовые ложки, майонез – 2 чайные ложки, масло сливочное – 2 столовые ложки, чеснок – 2 зубчика, грибы маринованные – 2 шт., лук репчатый – 1/2 шт., зелень петрушки, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Грибы измельчить. Лук, чеснок и петрушку очистить и мелко нарезать. Сливочное масло поместить в емкость из огнеупорного стекла, поставить в микроволновую печь и прогревать в течение 20 секунд при максимальной мощности.

Готовый куриный фарш перемешать с луком и чесноком,

добавить соль и перец по вкусу.

Из полученной массы сформовать 4 котлеты и положить их в растопленное сливочное масло. Поместить котлеты в микроволновую печь и запекать в течение 2 минут с одной и 2 минут с другой стороны.

Бисквитное тесто разделить на 8 частей, раскатать из них лепешки. Каждую лепешку смазать майонезом, положить сверху куриную котлету, грибы, затем посыпать измельченной зеленью петрушки и накрыть второй бисквитной лепешкой.

Гамбургеры поместить в микроволновую печь и держать 4 минуты при максимальной мощности.

Гамбургеры по-техасски

Компоненты

Булочки – 4 шт., фарш – 600 г, листья зеленого салата – 4 шт., яйцо куриное – 1 шт., лук репчатый среднего размера – 1 шт., чеснок – 2 зубчика, перец чилийский красный острый измельченный – 2 чайные ложки, зелень петрушки, тмин молотый, соль

Способ приготовления

Лук, чеснок и петрушку очистить и мелко нарезать.

Мясной готовый фарш смешать с луком, чесноком, яйцом, чилийским острым перцем, щепоткой молотого тмина и солью. Из полученной массы сформовать 4 лепешки, поместить их в микроволновую печь и прогревать в течение 1,5 минуты при максимальной мощности.

Булочки разрезать пополам (вдоль). На нижнюю половину положить листик салата, мясную лепешку, посыпать измельченной петрушкой и накрыть верхней частью булочки.

Гамбургеры поместить на поддон, покрытый фольгой, и запекать в микроволновой печи в течение 20 секунд при максимальной мощности.

Совет. Булочки можно смазать майонезом и посыпать кунжутными семенами.

Гамбургеры по-итальянски

Компоненты

Булочки – 4 шт., мясо вареное – 600 г, яйцо куриное

– 1 шт., чеснок – 1 зубчик, сухари молотые – 6 столовых ложек, пюре рыбное готовое – 4 чайные ложки, масло оливковое – 4 столовые ложки, цедра лимонная натертая – 1/2 чайной ложки, эстрагон сушеный, зелень укропа измельченная, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Мясо и чеснок измельчить, перемешать и добавить яйцо, сухари, рыбное пюре, натертую лимонную цедру и эстрагон, посолить и поперчить по вкусу. Полученную смесь разделить на 4 части и сформовать из них лепешки. После этого поместить их в огнеупорную посуду с разогретым оливковым маслом, поставить в микроволновую печь и прогревать при максимальной мощности в течение 50 секунд.

Булочки разрезать на 2 части, на нижнюю часть положить мясную лепешку, посыпать укропом, закрыть верхней частью булочки.

Гамбургеры «Лакомка»

Компоненты

Фарш мясной – 600 г, ветчина – 4 ломтика, сыр острый твердых сортов – 4 ломтика, яйцо куриное – 1 шт., сухари молотые – 6 столовых ложек, молоко – 3 столовые ложки, перец черный молотый, соль укропная (соль с размятыми семенами укропа)

Способ приготовления

Молотые сухари залить молоком и оставить на некоторое время для набухания.

Перемешать готовый мясной фарш, размоченные сухари, яйцо, укропную соль и перец. Из получившейся смеси сделать 8 тонких лепешек. Сверху четырех лепешек выложить по ломтику ветчины и сыра, а затем накрыть второй лепешкой, немного подвернув края внутрь.

Гамбургеры поместить на поддон, застеленный фольгой, и запекать в микроволновой печи в течение 2 минут при максимальной мощности.

Гамбургеры «Сюрприз»

Компоненты

Мясо – 600 г, суп луковый сухой – 1 упаковка, яйцо куриное – 1 шт., сухари молотые – 6 столовых ложек, вода – 3 столовые ложки, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Мясо мелко нарезать и смешать с яйцом, сухарями, солью и перцем. Из полученной массы приготовить 8 лепешек. В 4 из них сделать небольшие углубления. Сухой луковый суп тщательно размешать в воде, залить смесь в углубления и накрыть сверху оставшимися лепешками, края которых подвернуть внутрь.

Гамбургеры поместить в микроволновую печь и прогревать при максимальной мощности в течение 2 минут с каждой стороны.

Гамбургеры «Здоровье»

Компоненты

Булочки – 4 шт., мясо – 600 г, оливки – 8 шт., лук репчатый небольшого размера – 1 шт., помидор – 1 шт., перец сладкий зеленый – 1 шт., яйцо куриное – 1 шт., ядра грецких орехов измельченные – 3 столовые ложки, зерна пшеницы – 3 столовые ложки, сыр твердых сортов, натертый на крупной терке, – 2 столовые ложки, перец красный жгучий молотый, соль

Способ приготовления

Мясо мелко нарезать. Овощи помыть, у сладкого зеленого перца удалить плодоножку и семена, лук очистить. Перец, помидор, оливки и лук измельчить.

Перемешать в отдельной посуде мясо, лук, перец, помидор, оливки, яйцо, зерна пшеницы, натертый на крупной терке сыр, измельченные ядра грецких орехов, соль и красный жгучий перец. Полученную массу разделить на 4 части и сформовать из них лепешки.

Гамбургеры поставить в микроволновую печь и прогревать в течение 2 минут при максимальной мощности.

Булочки надрезать вдоль, поместить в надрез мясные лепешки.

Гамбургеры «Табаско»

Компоненты

Булочки – 4 шт., фарш мясной – 600 г, чеснок – 4 зубчика, пиво – 4 столовые ложки, соус «Чили» – 3 столовые ложки, соус «Табаско» – 1 чайная ложка, суп луковый сухой – 1 упаковка, перец черный молотый

Способ приготовления

Чеснок очистить и измельчить. Фарш смешать с соусом «Чили», измельченным чесноком, соусом «Табаско», добавить сухой луковый суп, черный молотый перец и половину порции пива. Тщательно перемешать, разделить полученную массу на 4 части и сформовать из них лепешки. Гамбургеры поместить в микроволновую печь, где прогревать при максимальной мощности в течение 2 минут с одной стороны. Затем перевернуть лепешки, полить оставшимся пивом и запекать еще 2 минуты. Булочки разрезать на 2 части, положить на нижнюю лепешку, закрыть верхней частью булочки.

Гамбургеры «Крэг Клэйберн»

Компоненты

Хлеб – 8 ломтиков, фарш – 600 г, масло сливочное – 4 столовые ложки, приправа острая соевая – 1 чайная ложка, лимон – 1/2 шт., зелень петрушки, соль

Способ приготовления

Фарш посолить, сделать 4 лепешки. В посуду из огнеупорного стекла поместить сливочное масло и растопить его в микроволновой печи. Лепешки положить в масло и жарить в печи в течение 2 минут при максимальной мощности. Затем перевернуть на другую сторону и прогревать при средней мощности еще в течение 2 минут. Четыре ломтика хлеба выложить на деревянный поднос, накрытый пергаментной бумагой, на них положить по лепешке. Из 1/2 лимона выжать сок и сбрызнуть им и соевой приправой прожаренные лепешки. После этого посыпать заранее измельченной зеленью петрушки, накрыть ломтиками хлеба и подать на стол.

Гамбургеры «Ковбойские»

Компоненты

Фарш – 200 г, булочки – 4 шт., шампиньоны свежие – 2 шт., перец сладкий зеленый – 1 шт., лук репчатый – 1/2 шт., масло сливочное – 2 столовые ложки, перец красный

молотый – 1/2 чайной ложки, перец стручковый красный, соль.

Способ приготовления

Лук почистить, у сладкого зеленого перца удалить плодоножку и семена. Мелко нарезать. Грибы тщательно промыть и измельчить.

Сливочное масло растопить в посуде из огнеупорного стекла, положить туда лук, грибы и сладкий перец и тушить в микроволновой печи в течение 40 секунд при полной мощности.

После этого добавить в тушеные овощи фарш, красный молотый и стручковый перец, перемешать, посолить и снова поместить в печь на 1 минуту.

Булочки разрезать вдоль, немного не дорезая до конца, на 2 части. Мякиш удалить. В углубления положить готовую массу из фарша.

После этого можно подавать к столу.

Гамбургеры «Куриные»

Компоненты

Хлеб – 8 ломтиков, сыр – 4 ломтика, фарш куриный – 600 г, кетчуп – 4 чайные ложки, чеснок – 2 зубчика, лук репчатый – 1 шт., масло сливочное – 2 чайные ложки, зелень петрушки, соль.

Способ приготовления

Ломтики хлеба обжарить на сливочном масле. Лук и чеснок очистить и мелко нарезать. Петрушку помыть и измельчить.

Куриный фарш перемешать с луком, чесноком, петрушкой и солью. Полученную смесь разделить на 4 части, сформовать котлеты и готовить их в микроволновой печи при максимальной мощности в течение 3 минут.

На ломтики хлеба положить котлеты, сверху – кусочки сыра, затем смазать кетчупом и накрыть вторым ломтиком хлеба.

Гамбургеры поместить в печь и прогревать при максимальной мощности в течение 1 минуты.

Сандвичи

Сандвичи «Пряные»

Компоненты

Булочки – 4 шт., яйца куриные – 2 шт., сливки густые – 4 столовые ложки, орех мускатный молотый, зелень укропа, соль

Способ приготовления

Укроп помыть и мелко нарезать. В тарелке смешать яйца, сливки, укроп, молотый мускатный орех и соль. Полученную смесь запекать в микроволновой печи при максимальной мощности в течение 1–2 минут. После этого остудить и разрезать на 4 части.

Булочки разрезать на две части вдоль. На нижние половинки выложить яичную массу, накрыть верхними частями булочек и прогревать в печи в течение 30 секунд при средней мощности.

Сандвичи «Салоники»

Компоненты

Булочка – 4 шт., маслины фаршированные – 3 столовые ложки, горчица готовая – 2 чайные ложки, майонез – 2 столовые ложки, яйцо куриное – 2 шт., перец черный молотый, паприка, соль

Способ приготовления

Маслины измельчить. Яйца сварить вкрутую, остудить, очистить и натереть на крупной терке.

Яйца перемешать с майонезом, горчицей, маслинами. Добавить соль и молотый черный перец.

Булочки разрезать напополам вдоль, поместить в микроволновую печь и нагревать в течение 10 секунд при полной мощности.

Полученную смесь выложить на нижние половинки булочек, посыпать паприкой и накрыть верхними.

Сандвичи прогревать в печи при средней мощности в течение 30 секунд.

Сандвичи «Сырные»

Компоненты

Булочки – 4 шт., яйца куриные – 2 шт., сыр твердых

сортов, натертый на крупной терке, – 4 столовые ложки, майонез – 2 столовые ложки, перец черный молотый, перец красный молотый, соль

Способ приготовления

Яйца сварить вкрутую, остудить, очистить и очень мелко нарезать. Смешать с майонезом, солью, сыром, молотым красным и черным перцем. Булочки разрезать на две части и немного прогреть в микроволновой печи. Яично-сырную смесь поместить на нижние половинки булочек, накрыть верхними и поместить в печь, где прогревать при максимальной мощности в течение 30 секунд.

Сандвичи с куриным салатом

Компоненты

Булочки сдобные – 4 шт., мясо куриное отварное – 130 г, сыр, натертый на крупной терке, – 3 столовые ложки, майонез – 2 столовые ложки, сок лимонный – 1 чайная ложка, зелень сельдерея, соль

Способ приготовления

Отварное куриное мясо мелко нарезать и перемешать в тарелке с сыром, солью и предварительно измельченной зеленью сельдерея. В полученную смесь добавить лимонный сок и майонез.

Булочки разрезать пополам вдоль, немного не дорезая до конца. Удалить мякиш. Наполнить булочки приготовленным салатом и прогревать в микроволновой печи в течение 40 секунд при максимальной мощности. Приготовленные сандвичи желательно подавать к столу горячими.

Сандвичи с овощами

Компоненты

Булочки – 4 шт., помидоры среднего размера – 2 шт., огурцы маринованные – 2 шт., майонез – 2 столовые ложки, сыр натертый – 2 столовые ложки, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Помидоры и огурцы нарезать тонкими кружочками.

Булочки разрезать вдоль на две части.

Нижние половинки смазать майонезом, выложить кружочки огурцов и помидоров, посыпать черным молотым перцем, немного посолить, сверху выложить сыр и накрыть другими половинками.

Сандвичи поместить на тарелку, накрытую фольгой, и запекать в микроволновой печи в течение 30 секунд при средней мощности.

Гренки

Гренки – привычное и известное всем блюдо. В этой книге приведены рецепты нескольких видов, приготовленных в микроволновой печи.

Гренки с яйцами

Компоненты

Хлеб белый – 4 ломтика, яйца куриные – 2 шт., масло сливочное – 4 чайные ложки, сыр твердых сортов, натертый на крупной терке, – 3 чайные ложки, сливки густые – 2 столовые ложки, зелень укропа, перец черный молотый, соль.

Способ приготовления

Укроп вымыть и измельчить. Сырые яйца перемешать со сливками, добавить укроп, сыр, перец и соль. Ломтики хлеба обмакнуть в получившуюся смесь и выложить в посуду из огнеупорного стекла, смазанную сливочным маслом.

Гренки запекать в микроволновой печи в течение 40 секунд при максимальной мощности.

Сладкие или соленые гренки

Компоненты

Батон – 4 ломтика, яйца куриные – 2 шт., молоко – 6 столовых ложек, масло сливочное – 4 чайные ложки, сахар или соль по вкусу.

Способ приготовления

Яйца взбить миксером до образования пены, затем добавить молоко и взбить еще раз, добавив сахар или соль, в зависимости от того, какие гренки готовятся.

Ломтики батона окунуть в полученную смесь.

В посуду из огнеупорного материала положить сливочное масло, растопить его в печи, выложить ломтики батона и запекать при максимальной мощности по 1 минуте с каждой стороны.

Гренки по-французски

Компоненты

Хлеб белый – 4 ломтика, масло сливочное – 4 чайные ложки, сыр, натертый на крупной терке, – 3 столовые ложки, лук зеленый – 1 пучок, паприка.

Способ приготовления

Зеленый лук помыть, мелко нарезать и смешать с сыром и паприкой. Ломтики хлеба смазать полученной смесью. В посуде из огнеупорного стекла растопить сливочное масло, выложить гренки и поместить в микроволновую печь. Запекать в течение 1 минуты при максимальной мощности.

Совет. Гренки получатся вкуснее, если добавить ломтики свежего помидора, огурца или копченой рыбы.

Горячие булочки

Горячие булочки «Золотая рыбка»

Компоненты

Булочки – 4 шт., чеснок – 2 зубчика, шпроты – 1 банка, яйцо куриное – 1 шт., сыр натертый – 4 чайные ложки, кетчуп – 2 чайные ложки, зелень укропа или базилика.

Способ приготовления

Укроп или базилик помыть и измельчить. Яйцо сварить вкрутую, остудить, очистить и натереть на крупной терке. Шпроты вынуть из банки, немного размять и тщательно перемешать с заранее измельченным чесноком, сыром, яйцом и укропом или базиликом.

Булочки разрезать на две части, вынуть мякиш и наполнить полученной смесью. Смазать кетчупом.

Булочки прогревать в микроволновой печи в течение 30 секунд при максимальной мощности.

Совет. Для данного рецепта вместо шпрот можно взять любые рыбные консервы в масле, а вместо кетчупа – майонез. Также можно добавить молотый мускатный орех.

Горячие булочки с творогом

Компоненты

Булочки – 4 шт., брынза измельченная – 4 чайные ложки, творог – 4 чайные ложки, бекон – 2 ломтика, перец сладкий красный – 1 шт., зелень петрушки, перец красный молотый

Способ приготовления

Бекон мелко нарезать. У красного сладкого перца удалить плодоножку и семена, после этого измельчить. Брынзу, творог, бекон и перец перемешать и поперчить.

Булочки разрезать напополам, не дорезая до конца. Вынуть из них мякиш и наполнить приготовленной смесью, добавив по веточке петрушки. Булочки поместить в микроволновую печь, где прогревать в течение 40 секунд при максимальной мощности.

Канапе

Канапе с копченым лососем

Компоненты

Хлеб ржаной с тмином – 8 ломтиков, лосось копченый – 4 ломтика, лимон – 1/2 шт., лук зеленый – 1 пучок, масло сливочное – 4 чайные ложки

Способ приготовления

Зеленый лук и базилик измельчить. Из лимона выжать сок.

4 ломтика хлеба смазать сливочным маслом, выложить на них ломтики лосося, посыпать зеленым луком, сбрызнуть лимонным соком и накрыть оставшимися ломтиками хлеба.

Канапе сколоть шпажками, поместить в микроволновую печь

и прогревать 30 секунд при максимальной мощности.

Канапе с копченым салом

Компоненты

Батон – 8 ломтиков, сало копченое с мясными прожилками – 4 ломтика, кетчуп – 4 чайные ложки, горчица готовая – 2 чайные ложки, масло сливочное, зелень укропа

Способ приготовления

Ломтики батона обжарить в масле, 4 ломтика смазать кетчупом, выложить ломтики копченого сала, намазанного горчицей, после этого посыпать заранее измельченным укропом и накрыть оставшимися ломтиками батона.

Канапе необходимо сколоть шпажками и поместить в микроволновую печь на 40 секунд, где прогревать при максимальной мощности.

Хрустящий хлеб

Хрустящий хлеб «Ароматный»

Компоненты

Хлеб пшенично-ржаной с тмином – 4 ломтика, чеснок – 2 зубчика, яйцо куриное – 1 шт., масло сливочное – 4 чайные ложки, молоко – 2 столовые ложки, перец черный молотый

Способ приготовления

Чеснок пропустить через чеснокодавилку. Яйцо, молоко, чеснок и черный перец тщательно перемешать и окунуть в эту смесь заранее смазанные сливочным маслом кусочки хлеба.

Хлеб запекать в микроволновой печи при максимальной мощности по 2 минуты с каждой стороны.

Хрустящий хлеб «Корсика»

Компоненты

Батон – 4 ломтика, белок – 1 шт., херес – 4 столовые ложки, масло сливочное – 4 чайные ложки, пудра сахарная – 3 чайные ложки, орех мускатный молотый – 1/2 чайной ложки, корица – 1/2 чайной ложки

Способ приготовления

Белок взбить миксером в крутую пену. Херес, сахарную пудру, молотый мускатный орех и корицу перемешать. Ломтики батона смазать сливочным маслом, окунуть сначала в вино с пряностями, а затем во взбитый белок.

Хлеб поместить в микроволновую печь и запекать при максимальной мощности по 1 минуте с каждой стороны.

Хрустящий хлеб «Завтрак туриста»

Компоненты

Хлеб белый – 4 ломтика, яйца – 2 шт., масло сливочное – 4 чайные ложки, кетчуп – 2 чайные ложки, зелень петрушки, соль

Способ приготовления

Зелень петрушки промыть и измельчить. Ломтики хлеба прожарить, остудить и смазать сливочным маслом. Яйца тщательно взбить, добавить кетчуп, измельченную петрушку и соль. Ломтики хлеба окунуть в полученную смесь.

Запекать в микроволновой печи при максимальной мощности в течение 2 минут.

Тосты «Двойные»

Компоненты

Хлеб белый – 8 ломтиков, сырок плавленый – 1 шт., лук репчатыйсреднего размера – 1 шт., масло сливочное – 4 чайные ложки, зелень петрушки, перец черный молотый, паприка, соль

Способ приготовления

Зелень петрушки вымыть и измельчить. Луковицу очистить и мелко нарезать. Плавленый сыр натереть на крупной терке. Ломтики хлеба обжаривать с двух сторон в микроволновой печи в течение 20 секунд при максимальной мощности.

Сыр, петрушку, лук, черный молотый перец, паприку и соль перемешать. Четыре ломтика хлеба смазать сливочным маслом, выложить полученную сырную массу, накрыть оставшимися ломтиками.

Тосты поместить в микроволновую печь и прогревать в течение 40 секунд при максимальной мощности.

Пицца

Пицца – традиционное итальянское блюдо. Оно появилось в нашей стране не так давно, но стало привычным и любимым. Обычно его готовят в печах на открытом огне, но с тем же успехом можно приготовить пиццу в домашних условиях в микроволновой печи. Это недорогой и быстрый способ побаловать себя и своих близких.

Пицца с грибами и пряностями

Компоненты

Молоко теплое – 10 столовых ложек, мука – 6 столовых ложек, масло растительное – 2 чайные ложки, дрожжи – 1 чайная ложка, творог мягкий – 1 столовая ложка, желток сырого яйца – 1 шт., помидоры – 2 шт., шампиньоны – 2 шт., сыр острый твердых сортов – 4 ломтика, сыр мягкий, натертый на терке, – 1 столовая ложка, перец черный молотый, тимьян, базилик, душица, соль

Способ приготовления

В небольшом количестве теплого молока развести дрожжи. Муку насыпать в глубокую тарелку, добавить разведенные дрожжи и оставить в теплом месте на 20 минут. Затем в опару влить оставшееся молоко и растительное масло, добавить творог и желток, посолить, замесить тесто и оставить в теплом месте на 30–40 минут.

Помидоры вымыть, обдать кипятком и снять кожицу, 1 помидор нарезать мелкими кубиками, второй – пластинками, так же, как и шампиньоны и сыр твердых сортов.

Тимьян, базилик и душицу вымыть и измельчить.

Готовое тесто раскатать, уложить в специальную форму и оставить на 10 минут. После этого выложить на тесто помидоры и грибы, посыпать зеленью, молотым черным перцем и натертым

мягким сыром. Сверху выложить слой острого твердого сыра, нарезанного пластинками, и сбрызнуть небольшим количеством растительного масла.

Пиццу поместить в микроволновую печь и выпекать при максимальной мощности в течение 5 минут.

Пицца со шпротами

Компоненты

Мука – 6 столовых ложек, вода теплая – 3 столовые ложки, маргарин мягкий – 1 столовая ложка, дрожжи – 1 чайная ложка, лук репчатый среднего размера – 1 шт., помидоры – 3 шт., сыр, натертый на крупной терке, – 2 столовые ложки, шпроты – 1 банка, масло сливочное, соль

Способ приготовления

Луковицу очистить, мелко нарезать и прогревать со сливочным маслом в микроволновой печи в течение 1 минуты.

Помидоры помыть, нарезать и прогревать в микроволновке 50 секунд, после чего остудить.

Дрожжи развести в теплой воде, добавить муку, маргарин и соль по вкусу. Замесить тесто, раскатать его и выложить в форму.

Выпекать в печи в течение 3 минут при максимальной мощности.

На выпеченный корж положить лук, помидоры и шпроты, посыпать сыром.

Пиццу запекать в микроволновой печи 2–3 минуты при максимальной мощности.

Пицца с морскими гребешками

Компоненты

Мука – 10 столовых ложек, вода теплая – 10 столовых ложек, дрожжи сухие – 1 чайная ложка, маргарин – 1 столовая ложка, яйцо куриное – 1 шт., сахар – 1/2 чайной ложки, трепанги (морские гребешки) – 100 г, сок лимонный – 1 столовая ложка, масло сливочное – 1 столовая ложка, масло оливковое – 2 столовые ложки сыр сулугуни, нарезанный мелкими кубиками, – 3 столовые ложки, лук репчатый – 1 шт.,

помидоры среднего размера – 2 шт., чеснок – 2 зубчика, чабрец – 2 веточки, цедра лимонная натертая – 1 чайная ложка, лук зеленый, перец черный молотый, соль.

Способ приготовления

Данная пицца готовится не только с начинкой, но и с соусом.

Смешать сахар и сухие дрожжи, развести их в теплой воде. После появления пузырьков добавить муку, маргарин и яйцо. Готовое тесто раскатать в тонкую лепешку диаметром приблизительно 30 см, положить в специальную форму, немного приподнять края.

Морские гребешки промыть. Зеленый лук измельчить.

В глубокую посуду из огнеупорного материала налить немного воды, положить сливочное масло и добавить измельченные веточки чабреца. Затем поместить посуду в микроволновую печь на максимальную мощность и довести до кипения. В кипящую воду положить морские гребешки и варить в течение 2 минут, после чего вынуть шумовкой и обсушить на тканевой салфетке.

Для приготовления соуса необходимо смешать оливковое масло с мелко нарезанными луком и чесноком. Смесь залить в огнеупорную посуду и поставить в микроволновую печь на 4 минуты при среднем уровне мощности. Затем добавить измельченные помидоры и лимонную цедру и продержать в печи еще примерно 4 минуты, постоянно помешивая. После этого готовый соус остудить, посолить и поперчить по вкусу.

Тесто смазать соусом, выложить сыр и морские гребешки, сверху посыпать предварительно нарезанным зеленым луком и сбрызнуть лимонным соком.

Пиццу поместить в микроволновую печь и выпекать при максимальной мощности в течение 8 минут.

Пицца с печенью трески

Компоненты

Мука – 10 столовых ложек, молоко теплое – 8 столовых ложек, дрожжи – 1 чайная ложка, масло растительное – 1 столовая ложка, грибы маринованные – 2 шт., печень трески – 1 банка, яйцо куриное – 1 шт., сыр твердых сортов натертый – 1 столовая ложка, кетчуп – 3 чайные ложки, лук зеленый – 1 пучок, соль

Способ приготовления

Замесить в высокой посуде тесто из молока, дрожжей, муки, растительного масла и соли. Поставить опару в теплое место на 30 минут.

Яйцо сварить вкрутую, остудить, очистить и натереть на крупной терке. Грибы нарезать кубиками. Зеленый лук помыть и измельчить.

Из теста раскатать тонкую лепешку и положить ее в форму из огнеупорного материала. Сверху тесто смазать кетчупом и выложить начинку из грибов и печени трески. После этого посыпать яйцом и сыром.

Пиццу запекать в микроволновой печи в течение 8 минут при максимальной мощности.

Перед подачей на стол украсить измельченным зеленым луком.

Пицца с копченым лососем

Компоненты

Мука – 6 столовых ложек, вода теплая – 10 столовых ложек, масло сливочное – 3 чайные ложки, дрожжи сухие – 1/2 чайной ложки, сахар – 1/2 чайной ложки, масло оливковое – 1 чайная ложка, крупа манная – 1/2 столовой ложки, яйцо куриное – 1 шт., лосось копченый – 100 г, помидор – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., сок лимонный – 2 чайные ложки, сыр сулугуни, натертый на крупной терке, – 2 столовые ложки, зелень укропа

Способ приготовления

Зелень укропа помыть и измельчить. Замесить тесто, перемешав муку, дрожжи, сахар, сливочное масло, яйцо и воду. Оставить опару в теплом месте на 30 минут. После этого раскатать тесто в пласт, смазать оливковым маслом, посыпать манной крупой и готовить в микроволновой печи в течение 2 минут при максимальной мощности.

Помидор помыть и нарезать тонкими кружками. Луковицу почистить и нарезать кольцами.

Не остужая лепешку, выложить помидор, лук и сыр. Затем поместить в печь еще на 1 минуту.

Копченого лосося нарезать, сбрызнуть небольшим количеством лимонного сока и выложить на лепешку. Пиццу посыпать зеленью укропа и подавать к столу.

Пицца «Толедо»

Компоненты

Мука – 10 столовых ложек, сметана – 6 столовых ложек, масло растительное – 2 столовые ложки, яйцо куриное – 1 шт., помидоры – 2 шт., лук репчатый – 1 шт., перец сладкий – 1 шт., окорок копченый – 4 ломтика, желтки – 2 шт., сыр твердых сортов, натертый на крупной терке, – 2 столовые ложки, зеленый лук, соль

Способ приготовления

Замесить тесто из муки, яйца, сметаны, растительного масла и соли. Раскатать в пласт, положить в специальную форму, сделав небольшой бортик. У сладкого перца удалить плодоножку и семена. Лук и перец нарезать кольцами, помидоры – кружочками.

Желтки взбить миксером и смазать ими тесто, после чего выложить начинку слоями: сначала окорок, затем помидоры, сладкий перец и лук. Посыпать лепешку тертым сыром и измельченным зеленым луком.

Запекать пиццу в микроволновой печи в течение 6–8 минут при средней мощности.

Пицца «Зимняя»

Компоненты

Мука – 6 столовых ложек, молоко теплое – 5 столовых ложек, маслорастительное – 1 столовая ложка, майонез – 1 столовая ложка, яйцо – 1 шт., сосиски копченые – 3 шт., помидоры – 2 шт., перец сладкий – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., грибы маринованные – 2 шт., дрожжи – 1/2 чайной ложки, горошек зеленый консервированный – 1 столовая ложка, сыр натертый – 1 столовая ложка, зелень укропа, перец черный или красный молотый, соль

Способ приготовления

В небольшом количестве теплого молока развести сухие дрожжи, добавить муку и приготовить опару. Поставить ее в теплое место на 20 минут. После этого всыпать оставшуюся муку, долить молоко, добавить яйцо, растительное масло и посолить.

Сосиски разрезать вдоль пополам. У сладкого перца удалить

плодоножку и семена и нарезать его и лук кольцами, а помидоры – тонкими кружками. Маринованные грибы нарезать кубиками.

Тесто раскатать в пласт и выложить в специальную форму, сделав небольшой бортик по краям. Затем смазать майонезом, выложить грибы, помидоры, сладкий перец, лук, сосиски и зеленый горошек.

Пиццу посыпать сыром, красным или черным молотым перцем и предварительно измельченным укропом.

Выпекать в микроволновой печи при среднем уровне мощности в течение 20 минут.

Пицца «Неаполитанская»

Компоненты

Мука – 10 столовых ложек, вода теплая – 6 столовых ложек, маргарин – 2 столовые ложки, дрожжи – 1 чайная ложка, яйцо куриное – 1 шт., окорок копченый – 4 ломтика, перец сладкий – 1 шт., помидоры – 3 шт., лук зеленый – 1 пучок, майонез – 1 столовая ложка, сыр твердых сортов, натертый на крупной терке, – 2 столовые ложки, зелень петрушки, зелень сельдерея, зелень базилика, соль

Способ приготовления

Замесить тесто, перемешав муку, воду, дрожжи, соль, яйцо и маргарин. Оставить его в теплом месте на 20 минут.

Копченый окорок нарезать кубиками, помидоры – тонкими кружками, а сладкий перец – кольцами. Лук помыть и измельчить.

Готовое тесто раскатать в тонкий пласт, положить в специальную форму и сделать небольшие бортики по краям. После этого смазать майонезом и выложить начинку слоями в следующей последовательности: окорок, помидоры, сладкий перец, зеленый лук, сыр. Потом посыпать предварительно измельченными петрушкой, сельдереем и базиликом.

Пиццу поместить в микроволновую печь и выпекать при среднем уровне мощности в течение 7 минут.

Пицца «Итальянская»

Компоненты

Мука – 10 столовых ложек, молоко теплое – 6 столовых ложек, дрожжи – 1 чайная ложка, масло сливочное – 1 столовая ложка, яйцо куриное – 1 шт., помидоры небольшого размера – 4 шт., лук репчатый – 1 шт., чеснок – 1 зубчик, сыр мягкий – 6 ломтиков, соус томатный – 4 чайные ложки, зелень петрушки измельченная, перец черный молотый, перец красный молотый, соль

Способ приготовления

В небольшом количестве теплого молока развести дрожжи и оставить на 5 минут. После этого перемешать муку, яйцо, дрожжи, сливочное масло и соль, замесить тесто и поставить его в теплое место на 20–25 минут.

Сыр и помидоры нарезать мелкими кубиками, лук – тонкими кольцами, чеснок пропустить через чеснокодавилку и смешать с томатным соусом, черным и красным молотым перцем и солью.

Готовое тесто раскатать в тонкий пласт и выложить в форму, предварительно застеленную бумагой, сделать маленький бортик.

Смазать пласт смесью из чеснока и специй, выложить помидоры и сыр, посыпать измельченной петрушкой.

Пиццу поместить в микроволновую печь и запекать в течение 8 минут при мощности среднего уровня.

Пицца «Греческая»

Компоненты

Мука – 6 столовых ложек, вода теплая – 10 столовых ложек, дрожжи – 1 чайная ложка, масло растительное (желательно оливковое) – 2 столовые ложки, яйцо куриное – 1 шт., грибы свежие – 3 шт., оливки черные – 3 шт., оливки зеленые – 3 шт., окорок копченый – 3 ломтика, сыр – 1 ломтик, помидорыпротертые – 5–6 столовых ложек, сахар – 1/2 чайной ложки, зелень кинзы, базилика, укропа, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Дрожжи растворить в теплой воде с сахаром. Добавить муку, растительное масло, яйцо и соль. Из полученной массы замесить тесто и оставить его в теплом месте на 40 минут.

Копченый окорок, сыр и грибы нарезать кубиками.

Готовое тесто раскатать в лепешку, смазать протертыми помидорами, сверху выложить слоями окорок, грибы и сыр. Затем

разложить в шахматном порядке черные и зеленые оливки. Пиццу посыпать предварительно нарезанной зеленью кинзы, базилика, укропа и перцем.

Пиццу поместить в микроволновую печь и запекать в течение 6 минут при максимальной мощности.

Пицца «Домашняя»

Компоненты

Мука – 10 столовых ложек, молоко теплое – 10 столовых ложек, дрожжи – 1 чайная ложка, масло растительное – 1 столовая ложка, сахар – 1/2 чайной ложки, ветчина – 4 ломтика, колбаса копченая – 4 ломтика, помидоры – 2 шт., лук репчатый среднего размера – 1 шт., перец сладкий – 1 шт., сыр твердых сортов натертый – 1 столовая ложка, чеснок – 2 зубчика, зелень, соль

Способ приготовления

Замесить тесто из муки, растительного масла, теплого молока, дрожжей, сахара и соли. Поставить посуду в теплое место на 30 минут, накрыв салфеткой.

Колбасу, ветчину и помидоры нарезать кубиками. Лук очистить и нарезать тонкими кольцами. Из сладкого перца удалить плодоножку и семена, нарезать. Зелень измельчить. Чеснок пропустить через чеснокодавилку.

Тесто раскатать в тонкий пласт, выложить в форму и смазать сверху растительным маслом. Затем выложить начинку слоями в следующем порядке: ветчина, сладкий перец, копченая колбаса, помидоры, чеснок, лук, сыр и зелень.

Пиццу поместить в микроволновую печь и выпекать в течение 3 минут при максимальной мощности.

Первые блюда

В микроволновой печи, помимо вышеперечисленных бутербродов и гамбургеров, можно готовить первые блюда. Это экономит время и силы хозяек. Но для того чтобы супы и похлебки получались вкусными и полезными, необходимо соблюдать некоторые правила.

Для приготовления супа следует брать посуду большого размера, например глубокие кастрюли.

Если в рецепте рекомендуется закрыть кастрюлю крышкой, то надо брать крышки с отверстием для выхода пара. Если такой посуды нет, то можно просто неплотно закрывать обычную крышку.

Следует помнить, что перед началом приготовления того или иного блюда, в котором присутствуют горох или фасоль, эти продукты надо предварительно замочить в воде. В противном случае фасоль и горох не успеют свариться, когда суп будет готов.

Продукты рекомендуется нарезать одинаковыми по величине и толщине кусочками.

Нужно учитывать, что некоторые твердые овощи, например свекла или морковь, варятся дольше, чем картофель, помидоры или капуста. Первые блюда делятся на мясные, рыбные, грибные и овощные. Многие из них можно варить на основе уже готовых мясных или куриных бульонов.

Соблюдая нехитрые вышеперечисленные правила, можно быстро приготовить полноценный, полезный и вкусный обед.

Мясные супы

Блюда, которые будут перечислены ниже, можно приготовить на основе бульонов из свинины, говядины, телятины, баранины, крольчатины, конины, а также дичи или домашней птицы.

Суп с беконом и чечевицей

Компоненты

Горячая вода – 4 стакана, бекон – 300 г, чечевица – 1 стакан, морковь – 2 шт., лук репчатый – 2 шт., кубики бульонные – 2 шт., зелень петрушки, перец, соль

Способ приготовления

Зелень петрушки промыть и мелко нарезать.

Бекон нарезать мелкими кусочками, поместить в кастрюлю и прогревать в микроволновой печи в течение 4 минут на максимальном уровне мощности. После этого половину кусочков бекона выложить на отдельную тарелку.

Чечевицу перебрать и тщательно промыть в теплой воде. Лук и морковь почистить и измельчить. Бульонные кубики развести в горячей воде.

Чечевицу, морковь, лук и бульон добавить в кастрюлю с оставшимся беконом. Кастрюлю закрыть крышкой и поместить в печь, где приготовить при максимальной мощности до мягкости чечевицы.

Рекомендуется в процессе приготовления несколько раз перемешать суп.

После этого суп следует остудить и отлить немного бульона в отдельную посуду. Половину овощей соединить с этим бульоном и сделать пюре.

Получившееся пюре добавить в кастрюлю с супом, положить оставшийся бекон, мелко нарезанную петрушку, посолить и поперчить по вкусу.

Кастрюлю поместить в микроволновую печь и прогревать в течение 1 минуты при максимальной мощности.

Суп с говяжьим языком

Компоненты

Язык говяжий – 100 г, вино белое – 1 стакан, капуста цветная – 200 г, брокколи – 100 г, лук репчатый – 1 шт., морковь – 1 шт., лист лавровый – 1 шт., масло сливочное – 2 столовые ложки, соус белый – 3 столовые ложки, соус томатный – 1 / 2 столовой ложки, сливки – 1 стакан, розмарин – 1 веточка, орех мускатный молотый – 1 / 2 чайной ложки, сахар – 1 / 2 чайной ложки, сок лимонный – 1 чайная ложка, петрушка измельченная – 3 чайные ложки, перец черный молотый, перец кайенский, соль

Способ приготовления

Говяжий язык нарезать мелкими кубиками. Белый соус смешать со сливками. Цветную капусту и брокколи хорошо промыть и немного обсушить на полотенце. Морковь и лук почистить и измельчить.

Сливочное масло, белое вино, розмарин и лавровый лист

перемешать в кастрюле и добавить овощи. После этого кастрюлю следует поместить в микроволновую печь и прогревать в течение 12 минут при максимальном уровне мощности.

В суп положить нарезанный говяжий язык и смесь из белого соуса со сливками. Затем посолить, поперчить по вкусу, добавить мускатный орех, кайенский перец, сахар, лимонный сок и томатный соус.

Варить в печи в течение 6 минут при полной мощности.

Перед подачей на стол украсить зеленью петрушки.

Суп с копченым окороком и горошком

Компоненты

Бульон мясной – 3 стакана, окорок копченый – 3 ломтика, морковь – 2 шт., горошек зеленый свежий – 3 столовые ложки, лук зеленый – 1 пучок, лист лавровый – 1 шт., зелень укропа, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Укроп и зеленый лук помыть и измельчить. Морковь почистить и нарезать тонкой соломкой. В глубокую кастрюлю положить зеленый горошек, морковь и зеленый лук, налить готовый мясной бульон и поместить в микроволновую печь. Варить при максимальной мощности 5 минут.

Копченый окорок мелко нарезать и добавить в кастрюлю. Суп посолить и поперчить по вкусу, добавить лавровый лист. Кастрюлю снова поместить в печь и прогревать в течение 4 минут при полной мощности.

Измельченную зелень укропа можно добавить перед подачей к столу.

Суп с фрикадельками

Компоненты

Бульон мясной – 2 стакана, фарш говяжий – 200 г, лук репчатый – 1 шт., чеснок – 2 зубчика, рис – 1 столовая ложка, яйцо – 1 шт., укроп, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Рис перебрать и промыть. Укроп измельчить. Лук и чеснок

очистить и пропустить через мясорубку. Говяжий фарш смешать с чесноком, луком, рисом и яйцом, посолить и поперчить по вкусу. После этого из фарша следует сформовать фрикадельки среднего размера.

В глубокую кастрюлю влить готовый мясной бульон и довести его в микроволновой печи на максимальном уровне мощности до кипения.

В бульон положить фрикадельки и варить в течение 2 минут при средней мощности. Посыпать измельченной зеленью укропа перед подачей к столу.

Совет. В данном рецепте фрикадельки можно отварить в овощном бульоне с добавлением томатного соуса.

Суп с фасолью и беконом

Компоненты

Бульон мясной – 3 стакана, фасоль – 4 столовые ложки, бекон копченый – 3 ломтика, морковь – 2 шт., лук зеленый – 1 пучок, лист лавровый – 1 шт., укроп, перец черный молотый, соль.

Способ приготовления

Зеленый лук и укроп промыть и измельчить. Морковь почистить и натереть на крупной терке.

В глубокую кастрюлю налить готовый мясной бульон, добавить фасоль, морковь и зеленый лук. Кастрюлю поместить в микроволновую печь и прогревать при максимальной мощности в течение 5 минут.

Бекон нарезать кубиками и положить в суп. Добавить лавровый лист, перец и соль и варить еще 4 минуты при той же мощности.

Украсить зеленью укропа.

Суп с сосисками и картофелем

Компоненты

Вода – 7 стаканов, картофель – 6 шт., сосиски – 4 шт., сметана – 1 стакан, маргарин – 2 столовые ложки, масло топленое – 1 столовая ложка, лук зеленый – 1 пучок, укроп, перец черный молотый, лавровый лист, соль

Способ приготовления

Укроп и зеленый лук помыть и измельчить. Картофель почистить, нарезать соломкой и отварить в подсоленной воде в течение 5 минут в микроволновой печи при максимальной мощности.

Затем картофель размять вилкой до образования пюре и положить в отвар, добавив топленое масло. После этого прогревать еще 1 минуту при той же мощности.

Сосиски нарезать кружочками.

При средней мощности растопить в печи маргарин и обжарить в нем сосиски и зеленый лук.

В суп положить сметану, обжаренные с луком сосиски и лавровый лист, посолить и поперчить по вкусу. Прогревать в течение 40 секунд на максимальном уровне мощности.

Измельченную зелень укропа добавить перед подачей на стол.

Суп с фасолью, салом и грушами

Компоненты

Вода – 4 стакана, картофель – 4 шт., фасоль стручковая зеленая – 500 г, сало ветчинное – 300 г, грушы – 3 шт., петрушка – 1 пучок, чабер – 1 веточка, перец белый молотый, соль

Способ приготовления

Сало нарезать кубиками, стручки фасоли – на 3–4 части, а груши – ломтиками, предварительно отделив от сердцевины и семян.

Картофель помыть, почистить, нарезать тонкими пластинами, поместить в глубокую кастрюлю, залить водой, посолить и поставить в микроволновую печь на 10 минут на средний уровень мощности. К отваренному картофелю добавить сало, фасоль, груши и чабер. Посолить, поперчить по вкусу и варить, закрыв крышкой, в течение 20 минут при средней мощности. Суп следует периодически помешивать.

После приготовления чабер необходимо вынуть из кастрюли, а добавить измельченную петрушку.

Совет. Если для супа взяты груши мягких сортов, то их можно добавить в кастрюлю за 10 минут до окончания варки. Если груши жесткие, то раньше.

Суп с индейкой и рисом

Компоненты

Вода – 4 стакана, мясо индейки – 200 г, рис – 1 столовая ложка, картофель – 1 шт., морковь – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., маргарин – 1 столовая ложка, корень петрушки – 1 шт., корень сельдерея – 1 шт., лист лавровый – 1 шт., перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Мясо индейки промыть, нарезать кусочками, положить в кастрюлю, залить водой, посолить и варить в микроволновой печи при максимальной мощности в течение 5 минут. При необходимости снимать пену.

Корни сельдерея и петрушки, а также лук и морковь почистить, нарезать кубиками и прожарить при средней мощности в течение 1 минуты в маргарине.

В готовый бульон добавить рис, предварительно очищенный и нарезанный картофель, поджаренные овощи и коренья, лавровый лист, поперчить и варить при средней мощности еще 3 минуты.

Совет. Рис в данном рецепте можно заменить тонкой вермишелью. По желанию можно добавить молотый мускатный орех и паприку.

Суп с копченостями

Компоненты

Бульон мясной – 200 мл, сало копченое с прослойками мяса – 100 г, помидоры – 3 шт., лук репчатый – 1 шт., морковь – 1/2 шт., чеснок – 2 зубчика, лист лавровый – 1 шт., зелень петрушки, зелень укропа, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Чеснок и морковь почистить и натереть на крупной терке. Зелень укропа и петрушки помыть и измельчить. Помидоры нарезать кружочками, сало – кубиками, а лук – полукольцами.

Сало и лук поместить в глубокую кастрюлю и прогревать в микроволновой печи в течение 1 минуты при максимальной мощности. Затем добавить чеснок и морковь и оставить еще на 3

минуты в печи.

После этого положить кусочки помидоров и влить бульон. Суп посолить и поперчить появкусу и варить в микроволновке еще 2 минуты.

Лист лавровый и зелень петрушки и укропа добавить в кастрюлю за 30 секунд до окончания варки.

Суп с колдунами

Компоненты

Вода – 10 стаканов, мясо любое – 400 г, говядина – 250 г, свинина – 250 г, лук репчатый – 2 шт., морковь – 1 шт., мука – 6 столовых ложек, яйцо – 1 шт., зелень петрушки, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Морковь почистить и натереть на крупной терке. Зелень петрушки измельчить.

В глубокую кастрюлю налить воду, положить морковь и мясо (любое). Поместить кастрюлю в микроволновую печь и готовить в течение 10–12 минут при средней мощности. В процессе необходимо 3–4 раза добавлять по 1/2 стакана холодной воды.

Фарш для колдунов готовится следующим образом. Свинину и говядину нужно дважды пропустить через мясорубку с луком, затем добавить немного воды, посолить и поперчить по вкусу и тщательно перемешать.

В отдельной посуде смешать муку, воду, соль и сырое яйцо. Замесить крутое тесто, раскатать его тонким слоем и вырезать стаканом кружки. Затем на эти кружки выложить фарш и защипнуть края, как для пельменей.

Готовые колдуны нужно опустить на несколько секунд в кипящую воду. После этого их можно положить в бульон и варить в микроволновой печи в течение 4 минут при средней мощности.

Перед подачей на стол суп можно украсить измельченной зеленью петрушки.

Суп-пюре с помидорами и беконом

Компоненты

Бульон куриный – 4 стакана, бекон – 200 г, помидоры – 3 шт., морковь – 1 шт., зеленый лук – 1

пучок, укроп – 1 пучок, масло топленое – 2 столовые ложки, мука – 2 столовые ложки, сметана – 2 столовые ложки, перец черный молотый, карри, соль

Способ приготовления

Бекон нарубить мелкими кубиками, предварительно срезав кожу. Зеленый лук и укроп помыть и измельчить. Лук смешать с беконом, положить в кастрюлю с топленым маслом и поместить на 5 минут в микроволновую печь на максимальный уровень мощности.

Морковь почистить, нарезать тонкими кружками и добавить к бекону с луком. После этого тушить еще 5 минут в посуде с закрытой крышкой на том же уровне мощности. Затем добавить в кастрюлю муку, тщательно перемешать до исчезновения комочков, положить предварительно нарезанные дольками помидоры и влить куриный бульон. Суп поместить в печь и варить при полной мощности под закрытой крышкой в течение 5 минут.

После этого добавить в суп сметану, карри, черный молотый перец, укроп и соль. Варить еще 5 минут в микроволновой печи при той же мощности.

Суп с курицей и кукурузой

Компоненты

Бульон куриный – 6 стаканов, грудки куриные – 4 шт., кукуруза консервированная – 1 банка, лук репчатый – 1 шт., мука – 2 столовые ложки, вода – 2 столовые ложки, имбирь молотый – 1/2 чайной ложки, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Луковицу почистить и мелко нарезать. Филе из куриных грудок поместить в микроволновую печь и прогревать в течение 5 минут при максимальной мощности. После этого филе нарезать ломтиками.

Готовый куриный бульон налить в глубокую кастрюлю, добавить консервированную кукурузу, лук и молотый имбирь. Варить в печи в течение 10 минут при полном уровне мощности.

Муку смешать с водой и тщательно перемешать до образования однородной массы, которую следует положить в суп. После этого кастрюлю нужно снова поместить в микроволновку на 5 минут. После того как суп закипит, добавить нарезанные

куриные грудки, посолить и поперчить по вкусу.

Суп с телячьей ветчиной

Компоненты

Бульон мясной – 200 мл, ветчина телячья – 200 г, перец сладкий – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., картофель – 3 шт., вода – 1/2 стакана, петрушка, соль

Способ приготовления

Ветчину нарезать мелкими ломтиками. У сладкого перца удалить плодоножку и семена, нарезать кубиками.

Лук и картофель почистить, нарезать кубиками, положить в глубокую кастрюлю, залить водой и поместить в микроволновую печь на 3 минуты на максимальный уровень мощности.

После этого в кастрюлю добавить сладкий перец и ветчину, влить бульон и посолить.

Суп варить в печи при закрытой крышке при той же мощности еще 4 минуты.

Перед подачей на стол посыпать предварительно измельченной петрушкой.

Суп с вермишелью

Компоненты

Вода – 3 стакана, мясо куриное – 200 г, картофель – 1 шт., морковь – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., корень сельдерея – 1 шт., лист лавровый – 1 шт., вермишель – 1 столовая ложка, зелень петрушки или укропа, перец черный молотый, перец красный молотый, соль

Способ приготовления

Корень сельдерея помыть и измельчить. Овощи почистить и нарезать (морковь – кружками, лук – полукольцами, картофель – кубиками).

Куриное мясо нарезать на мелкие кусочки и поместить в глубокую кастрюлю. Туда же добавить корень сельдерея, залить водой и варить в микроволновой печи в течение 10 минут на максимальном уровне мощности. При необходимости снимать пену.

В бульон добавить нарезанные овощи, варить еще 3 минуты

при той же мощности, затем засыпать вермишель, посолить и поперчить по вкусу, добавить лавровый лист и оставить в печи еще на 2 минуты, снизив уровень мощности до среднего.

Перед подачей на стол суп украсить предварительно измельченной зеленью петрушки или укропа.

Суп куриный с пшеном

Компоненты

Бульон куриный – 4 стакана, мясо куриное вареное – 200 г, картофель – 2 шт., морковь – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., пшено – 1 столовая ложка, масло сливочное – 1 столовая ложка, лист лавровый – 1 шт., зелень петрушки, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Овощи помыть, почистить и нарезать (картофель – соломкой, морковь – кружочками, лук – кольцами, зелень измельчить). Пшено промыть в теплой воде. Вареное куриное мясо нарезать кубиками. В кастрюлю положить сливочное масло, лук и морковь и прогревать в течение 2 минут в микроволновой печи при максимальной мощности.

После этого добавить картофель, пшено, залить бульоном и варить 2 минуты при полном уровне мощности. Затем положить в суп мясо, лавровый лист, посолить и поперчить по вкусу. Прогревать в печи в течение 1 минуты, переведя уровень мощности на средний. Перед подачей к столу посыпать мелко нарезанной петрушкой.

Суп со сливками и мускатным орехом

Компоненты

Вода – 3 стакана, мясо куриное – 100 г, морковь – 1 шт., рис – 1 столовая ложка, горошек зеленый свежий – 1 столовая ложка, сливки густые – 1 столовая ложка, масло сливочное или маргарин – 1 столовая ложка, яйца – 2 шт., лук зеленый – 1 пучок, перец черный – 2 горошины, орех мускатный молотый – 1/2 чайной ложки, зелень петрушки или укропа, соль

Способ приготовления

Куриное мясо хорошо промыть в горячей воде, нарезать кусочками, положить в глубокую кастрюлю и залить водой. Рис промыть, добавить к мясу и поместить в микроволновую печь на 10 минут. Мощность должна быть максимальной. Периодически необходимо снимать пену.

Морковь почистить и нарезать соломкой. Зеленый лук измельчить.

В кастрюлю добавить морковь и зеленый горошек, посолить по вкусу. Поставить в микроволновку и варить еще 5 минут при полной мощности.

После этого в бульон положить горошины черного перца и зеленый лук и прогревать еще 50 секунд.

Яйца взбить со сливками в отдельной посуде из огнеупорного материала, добавить к ним соль и молотый мускатный орех. Тщательно перемешать.

Сливочное масло растопить в печи и смешать с яйцами и сливками. После этого запекать в течение 1 минуты при средней мощности.

Получившийся омлет нарезать кусочками и класть в каждую тарелку с супом перед подачей на стол. Посыпать заранее измельченной зеленью укропа или петрушки.

Суп «Петровский»

Компоненты

Бульон мясной – 5 стаканов, мясо вареное – 250 г, картофель – 4 шт., морковь – 1 шт., лист лавровый – 1 шт., пшено – 2 столовые ложки, масло растительное – 2 столовые ложки, зеленый лук – 1 пучок, укроп, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Зеленый лук и укроп промыть и измельчить. Морковь и картофель почистить и нарезать кубиками. Пшено перебрать и промыть в теплой воде.

Морковь и зеленый лук положить в специальную посуду, добавить растительное масло и поместить в микроволновую печь, где обжаривать в течение 1 минуты при максимальной мощности.

В глубокую кастрюлю налить мясной бульон и нагревать его в печи в течение 5 минут. Затем положить мясо, обжаренную морковь с луком, картофель, пшено, лавровый лист, посолить и поперчить по вкусу. Поставить в микроволновку на 8 минут и прогревать на максимальном уровне мощности.

Перед подачей на стол суп посыпать укропом.

Совет. В данном рецепте вареное мясо можно заменить полукопченой колбасой, а пшено – рисом.

Суп «Деревенский»

Компоненты

Вода – 3–4 стакана, картофель – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., сало копченое – 1 небольшой кусок, капуста квашеная – 2 столовые ложки, сливки густые или сметана – 2 столовые ложки, зелень петрушки, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Лук и картофель почистить и нарезать кубиками. Капусту промыть и отжать.

Сало нарезать небольшими кусочками, положить в глубокую кастрюлю, добавить лук и поместить в микроволновую печь, где прогревать в течение 2 минут при максимальной мощности.

После этого в кастрюлю добавить капусту, картофель, налить воду, посолить и поперчить по вкусу. Кастрюлю закрыть крышкой и поставить в печь еще на 4 минуты, не снижая мощности.

Перед тем как подать суп к столу, надо заправить его сметаной или сливками и посыпать предварительно измельченной петрушкой.

Суп «Русский»

Компоненты

Бульон мясной – 200 мл, горошек зеленый консервированный – 5 столовых ложек, окорок копченый – 50 г, помидор – 1 шт., лук зеленый – 1 пучок, масло сливочное – 1 столовая ложка, укроп, перец черный молотый, соль.

Способ приготовления

Зеленый лук и укроп промыть и измельчить. Копченый окорок нарезать кубиками, помидор – кружочками.

Сливочное масло смешать с зеленым луком, положить в глубокую кастрюлю и прогревать в микроволновой печи в течение 50 секунд при максимальной мощности.

После этого в кастрюлю влить бульон, добавить зеленый консервированный горошек, посолить, поперчить и поместить в печь на 5 минут. Затем добавить в суп окорок и помидор, накрыть кастрюлю крышкой и варить еще 3 минуты при полной мощности.

Суп украсить измельченным укропом.

Суп «Фермерский»

Компоненты

Бульон куриный – 5 стаканов, горошек зеленый свежий – 2 стакана, картофель – 3 шт., лук репчатый – 1 шт., ветчина – 300 г, маргарин – 1 столовая ложка, зелень петрушки, перец черный молотый, соль.

Способ приготовления

Лук и картофель почистить и нарезать мелкими кубиками. Петрушку помыть и измельчить.

В глубокую кастрюлю положить маргарин и лук, поместить в микроволновую печь и прогревать в течение 3 минут при максимальной мощности. Добавить к луку половину готового куриного бульона, зеленый горошек и варить еще 10 минут при той же мощности.

После этого примерно половину сваренного гороха вынуть шумовкой, размять и снова поместить в бульон. Оставшуюся половину бульона влить в кастрюлю, посолить, поперчить по вкусу, добавить мелко нарезанную ветчину и картофель, накрыть крышкой и поставить в печь на 7 минут. Прогревать при максимальной мощности.

Украсить зеленью петрушки.

Суп «Нежный»

Компоненты

Вода – 400 мл, мясо куриное – 300 г, морковь – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., картофель – 1 шт., петрушка, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Морковь очистить. Картофель и лук почистить, помыть и нарезать кубиками.

Петрушку измельчить.

Куриное мясо тщательно промыть, нарезать небольшими кусочками, положить в кастрюлю, залить водой и варить в микроволновой печи при максимальной мощности в течение 5 минут. При необходимости следует снимать образовавшуюся пену.

В готовый бульон добавить морковь целиком, картофель, лук, поперчить, посолить по вкусу и прогревать в течение 5 минут при той же мощности.

Перед подачей на стол блюдо посыпать петрушкой.

Суп по-цыгански

Компоненты

Вода – 4 стакана, фасоль консервированная – 150 г, лук репчатый – 1 шт., помидоры – 3 шт., картофель – 2 шт., сало копченое – 70 г, колбаса копченая – 70 г, масло растительное – 1 столовая ложка, зелень укропа, перец красный молотый, соль

Способ приготовления

Лук, картофель и помидоры очистить, помыть и нарезать кубиками. Сало и колбасу нарезать соломкой. Зелень укропа измельчить.

Копченое сало положить в глубокую кастрюлю, добавить растительное масло и поместить в микроволновую печь, где прогревать в течение 1 минуты при максимальной мощности.

В кастрюлю добавить лук, картофель и помидоры и оставить в печи еще на 3 минуты, не снижая мощности.

После этого влить воду, посолить, поперчить по вкусу, добавить фасоль и копченую колбасу и закрыть крышкой. Варить в микроволновке в течение 2 минут при полной мощности. Затем мощность снизить до средней и прогревать еще 2 минуты.

Украсить зеленью укропа.

Суп по-аварски

Компоненты

Вода – 4 стакана, баранина свежая – 200 г, картофель – 2 шт., морковь – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., яйцо – 1 шт., лист лавровый – 1 шт., сок лимонный – 1 чайная ложка, зелень петрушки, перец красный молотый

жгучий, соль

Способ приготовления

Картофель, морковь и лук почистить, помыть и нарезать мелкими кубиками. Зелень петрушки измельчить.

Мясо тщательно промыть в теплой воде, нарезать, положить в кастрюлю, залить водой и поместить в микроволновую печь. Варить при максимальной мощности в течение 5 минут.

Картофель, морковь, лук, лист лавровый и зелень петрушки добавить в бульон, посолить и поперчить по вкусу. Закрыть крышкой и варить при максимальной мощности в течение 1 минуты.

Лимонный сок добавить к яйцу и хорошо взбить. После этого влить немного бульона и получившуюся смесь добавить в суп, не доводя до кипения.

К столу данный суп подается сразу после приготовления.

Суп-солянка по-испански

Компоненты

Бульон мясной – 8 стаканов, говядина – 500 г, огурцы соленые – 2 шт., лук репчатый – 4 шт., оливки зеленые – 6 шт., капуста белокочанная – 1/2 кочана, паста томатная – 2 столовые ложки, масло оливковое – 1 стакан, сметана – 1/2 стакана, паприка – 2 чайные ложки, перец черный – 2 горошины, лист лавровый – 1 шт., соль

Способ приготовления

Лук очистить и нарезать кубиками. Капусту нашинковать. Оливки и огурцы нарезать кружочками.

В глубокую кастрюлю влить готовый мясной бульон и прогревать его в микроволновой печи в течение 4 минут при максимальной мощности.

Мясо нарезать небольшими кусочками и положить в бульон. Кастрюлю накрыть крышкой и поместить в печь на 18–20 минут, не снижая уровня мощности. Через 10 минут после начала варки в бульон следует положить горошины черного перца.

На газовой плите в сковороде пассеровать лук в масле до тех пор, пока он не станет прозрачным. После этого добавить капусту и тушить 10 минут. Затем добавить соль, паприку и томатную пасту.

В бульон положить огурцы и оливки, лавровый лист и

тушеную капусту. Кастрюлю закрыть крышкой и поставить в микроволновку на 10 минут. Мощность должна быть максимальной.

Из солянки вынуть лавровый лист. Перед подачей на стол заправить сметаной.

Суп по-польски

Компоненты

Вода – 2 стакана, сыворотка молочная – 2 стакана, свинина – 150 г, картофель – 5 шт., лук репчатый – 1 шт., сало топленое – 1 столовая ложка, перец черный молотый, тмин, соль

Способ приготовления

Лук и картофель помыть, очистить, нарезать кубиками и отварить в подсоленной воде. После этого картофель протереть.

Свинину нарезать кубиками, положить на специальную тарелку из огнеупорного материала и обжаривать в микроволновой печи в топленом сале при максимальной мощности в течение 2 минут.

В кастрюлю влить молочную сыворотку, добавить протертый картофель и довести в печи до кипения при максимальной мощности.

В суп добавить лук, свинину, перец, тмин и соль.

Суп по-китайски

Компоненты

Бульон куриный (или из мяса другой птицы) – 2 стакана, бульон овощной – 2 стакана, гриб муерр сушеный – 1 шт., морковь – 1 шт., лук-порей – 1 стебель, кольраби – 300 г, цуккини – 200 г, брокколи – 60 г, побеги бамбука консервированные – 40 г, перец красный чили – 1/4 шт., филе индейки – 150 г, креветки королевские очищенные – 8 шт., соус соевый – 3 столовые ложки, перец белый молотый, соль

Способ приготовления

Гриб муерр залить кипятком и оставить на 30 минут. После этого гриб очистить и мелко нарезать.

Перец чили очистить от семян и измельчить.

Мясо индейки нарезать полосками, морковь, кольраби и цуккини – соломкой.

Побеги бамбука и лук-порей измельчить. Брокколи разделить на соцветия.

Овощи положить в глубокую кастрюлю, добавить гриб, налить куриный и овощной бульон, посолить и поперчить по вкусу, накрыть крышкой и поместить в микроволновую печь на 6 минут. Мощность должна быть средней.

После этого в суп добавить мясо индейки, перемешать и варить еще 9 минут при той же мощности.

Королевские креветки и соевый соус добавить в самом конце варки и оставить кастрюлю в микроволновке еще на 3 минуты.

Суп-лапша по-итальянски

Компоненты

Бульон мясной – 3 стакана, ветчина – 100 г, вермишель отварная яичная – 4 столовые ложки, морковь – 1 шт., помидоры – 2 шт., лук зеленый – 1 пучок, цуккини – 100 г, вино белое – 1 стакан, паста томатная – 2 столовые ложки, сыр натертый – 3 столовые ложки, зелень базилика измельченная – 1 чайная ложка, сахар – 1/2 чайной ложки, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Зеленый лук и ветчину измельчить. Помидоры помыть, очистить от кожуры, вынуть семена и нарезать кубиками.

Цуккини и морковь почистить, нарезать мелкими кусочками, положить вместе с зеленым луком в глубокую кастрюлю, влить вино и готовить в микроволновой печи в течение 8 минут при максимальной мощности.

Помидоры смешать с томатной пастой и добавить к овощам. Затем влить в кастрюлю мясной бульон, положить ветчину, накрыть крышкой и поместить в печь на 6 минут, не меняя мощности.

После этого в суп положить отварную вермишель, сахар, перец и соль. Варить 6 минут при той же мощности.

Натертый на крупной терке сыр и измельченный базилик следует добавить в суп перед подачей к столу.

Суп «Чорбе»

Компоненты

Вода – 4 стакана, картофель – 6 шт., грудка куриная – 1 шт., корень петрушки – 2 шт., морковь – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., мука – 1 столовая ложка, масло сливочное – 2 столовые ложки, сметана – 2 столовые ложки, уксус 3 %-ный – 1 столовая ложка, перец красный молотый, соль

Способ приготовления

Куриную грудку хорошо промыть, поместить в глубокую кастрюлю, залить водой, посолить и варить в микроволновой печи при максимальной мощности в течение 10–12 минут. Затем вынуть мясо, остудить его и нарезать мелкими кусочками.

Картофель, морковь, лук и корни петрушки почистить и измельчить. В специальную посуду из огнеупорного материала положить сливочное масло, морковь, лук и корни петрушки. Поместить в печь и готовить при максимальной мощности в течение 5 минут, постоянно помешивая. Затем влить уксус и прогревать до тех пор, пока он не выпарится.

В готовый куриный бульон положить картофель и прогревать в микроволновке 5 минут. После этого добавить овощи и муку, посолить и поперчить по вкусу и варить еще 10 минут при той же мощности.

Кусочки куриного мяса выложить в тарелки перед подачей на стол. Суп заправить сметаной.

Суп «Харчо»

Компоненты

Вода – 4 стакана, баранина – 200 г, рис – 1 столовая ложка, паста томатная – 1 столовая ложка, масло сливочное – 1 столовая ложка, ягоды чернослива сушеные – 2 шт., лук репчатый – 1 шт., чеснок – 3 зубчика, зелень петрушки – 1 пучок, зелень кинзы – 1 пучок, приправа кавказская (хмели-сунели) – 1 чайная ложка, перец красный молотый жгучий, соль

Способ приготовления

Петрушку и кинзу помыть, нарезать и смешать с измельченными луком и чесноком. Поместить в специальную посуду из огнеупорного материала, добавить томатную пасту, масло и кавказскую приправу и прогревать в микроволновой печи

при максимальной мощности в течение 50 секунд.

Мясо тщательно промыть, нарезать небольшими кусками, положить в глубокую кастрюлю, залить 1 стаканом воды, посолить и варить в печи в течение 5 минут. Мощность должна быть максимальной.

Чернослив обдать кипятком. Рис промыть.

В кастрюлю с бульоном положить приготовленную смесь, добавить рис, чернослив, посолить и поперчить по вкусу и долить оставшуюся воду. Кастрюлю закрыть крышкой и поместить в микроволновку, где варить 4 минуты при максимальной мощности.

Суп «Крупеня»

Компоненты

Вода – 8 стаканов, мясо – 400 г, картофель – 4 шт., лук репчатый – 1 шт., лист лавровый – 1 шт., крупа ячневая – 6 столовых ложек, масло сливочное – 2 столовые ложки, сало – 1 кусок, зелень укропа, тмин, соль

Способ приготовления

Картофель почистить и нарезать дольками.

В глубокую кастрюлю положить мясо, залить его водой, посолить и поместить в микроволновую печь. Варить при максимальной мощности в течение 10 минут, периодически снимая пену.

В готовый мясной бульон положить ячневую крупу и картофель. Прогревать в течение 7 минут при той же мощности.

После этого крупу и картофель пропустить через сито, а вареное мясо – через мясорубку. Смешать с бульоном, приготовив таким образом пюре. Затем поставить кастрюлю в печь и довести пюре до кипения, после чего добавить масло, соль, лист лавровый и тмин.

Сало и лук измельчить и прогревать в специальной посуде из огнеупорного материала в микроволновке в течение 4 минут. Мощность должна быть средней.

Перед тем как подать суп на стол, заправить его салом и луком и украсить предварительно измельченной зеленью укропа.

Суп «Пити»

Компоненты

Вода – 2 стакана, баранина – 200 г, сало курдючное – 1 небольшой кусок, картофель – 4 шт., лук репчатый – 1 шт., перец сладкий – 1 шт., паста томатная – 1 столовая ложка, горох – 2 столовые ложки, соль

Способ приготовления

Горох замочить в воде на 2 часа.

Мясо помыть, нарезать небольшими кусками, залить водой, посолить, положить в глубокую кастрюлю и варить в микроволновой печи в течение 15 минут при средней мощности. При необходимости следует снимать пену.

Курдючное сало, картофель и лук нарезать небольшими кусочками. Смешать с горохом и нарезанным соломкой сладким перцем и добавить в бульон. После этого варить суп еще 5 минут. Затем влить томатную пасту и прогревать в течение 2 минут на том же уровне мощности.

Супы из морепродуктов и рыбы

Для того чтобы приготовить следующие супы, можно использовать любые морепродукты (например устрицы, кальмары, креветки, мидии и др.), а также любую речную рыбу.

Суп с кальмарами и рисом

Компоненты

Вода – 4 стакана, кальмары – 200 г, картофель – 2 шт., лук репчатый – 1 шт., морковь – 1 шт., корень петрушки – 1 шт., корень сельдерея – 1 шт., лист лавровый – 1 шт., масло сливочное – 2 столовые ложки, рис – 3 столовые ложки, перец черный молотый, перец красный молотый, карри, соль

Способ приготовления

Кальмары, картофель, корни петрушки и сельдерея, лук и морковь очистить, помыть и нарезать крупными кусочками.

Все вышеперечисленное положить в глубокую кастрюлю, смешать со сливочным маслом и поставить в микроволновую печь. Прогревать в течение 4 минут при максимальной мощности.

После этого влить воду и варить 2 минуты.

Затем добавить рис, лавровый лист, черный и красный

молотый перец, карри, соль, накрыть крышкой и держать в микроволновке в течение 2 минут, поменяв мощность на среднюю.

Суп с креветками

Компоненты

Вода – 1 стакан, молоко – 1 стакан, креветки – 100 г, помидоры – 3 шт., лук репчатый – 1 шт., масло сливочное – 2 столовые ложки, мука – 1 столовая ложка, кетчуп острый – 3 чайные ложки, сметана – 2 столовые ложки, водка – 2 столовые ложки, зелень укропа, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Креветки очистить. Зелень укропа измельчить. Лук нарезать тонкими колечками.

Помидоры обдать кипятком, снять кожицу, нарезать кубиками и положить в кастрюлю с разогретым сливочным маслом. Лук обвалять в муке и добавить к помидорам. Кастрюлю поместить в микроволновую печь и прогревать в течение 1 минуты при средней мощности.

После этого добавить воду, молоко, кетчуп и держать в печи еще 1 минуту, повысив мощность до максимальной.

Затем в кастрюлю положить креветки, добавить водку, перец, соль, закрыть крышкой и варить при средней мощности в течение 3 минут.

Сметану тщательно перемешать с укропом и заправить готовый суп перед подачей на стол.

Суп с лососем

Компоненты

Бульон овощной – 4 стакана, филе лосося – 250 г, лук репчатый – 1 шт., картофель – 1 шт., каперсы – 6 шт., масло сливочное – 2 столовые ложки, цедра лимонная, натертая на мелкой терке, – 1 чайная ложка, паста томатная – 1 чайная ложка, паста из анчоусов – 1/2 чайной ложки, петрушка – 1 пучок, чеснок – 1 зубчик, тимьян – 2 веточки, эстрагон – 2 веточки, укроп – 2 веточки, перец белый молотый, соль

Способ приготовления

В глубокую кастрюлю положить 1 ложку сливочного масла и добавить предварительно очищенный и измельченный лук. Прогревать в микроволновой печи в течение 5 минут на максимальной мощности.

Картофель помыть, почистить, мелко нарезать и добавить в кастрюлю. Влить овощной бульон, накрыть крышкой и оставить в печи на 10 минут, не понижая мощности.

Чеснок очистить, пропустить через чеснокодавилку, смешать с лимонной цедрой, томатной пастой, пастой из анчоусов, петрушкой и измельченными каперсами. Все тщательно перемешать до образования однородной массы, посолить, поперчить по вкусу, добавить 1 столовую ложку сливочного масла.

Картофель размять до образования пюре. В кастрюлю с бульоном положить филе лосося и добавить получившуюся смесь.

Укроп, тимьян и эстрагон измельчить и украсить суп перед подачей на стол.

Совет. В данном рецепте сливочное масло можно заменить оливковым, а вместо филе лосося использовать филе любой красной рыбы.

Суп с креветками, водкой и томатом

Компоненты

Бульон рыбный – 3 стакана, креветки очищенные – 200 г, помидоры – 3 шт., лук репчатый – 1 шт., мука – 1 столовая ложка, соус томатный – 2 столовые ложки, масло сливочное – 2 столовые ложки, сметана – 3 столовые ложки, молоко – 1 стакан, водка – 1 стакан, зелень укропа, перец белый молотый, соль

Способ приготовления

Креветки промыть и обсушить на полотенце. Помидоры проколоть в нескольких местах, положить в специальную посуду из огнеупорного материала и поместить в микроволновую печь.

Запекать при максимальной мощности, пока не лопнет кожица. После этого кожицу снять, помидоры остудить и нарезать крупными дольками.

Луковицу почистить, нарезать мелкими кубиками и прогревать вместе со сливочным маслом в печи в течение 2 минут при полной мощности. Затем добавить муку, тщательно перемешать и поместить в микроволновку еще на 1 минуту.

В глубокую кастрюлю налить рыбный бульон и молоко, добавить томатный соус, лук и готовить в течение 5 минут, понизив уровень мощности до среднего. После этого в суп положить креветки, помидоры, налить водку, посолить и поперчить по вкусу и готовить на максимальной мощности 3 минуты.

Укроп измельчить и хорошо перемешать со сметаной. Полученной смесью заправить суп перед подачей к столу.

Суп с морским чертом

Компоненты

Бульон рыбный – 1 стакан, бульон овощной – 2 стакана, рыба морской черт – 4 куска, лук-шалот – 2 стебля, чеснок – 1 зубчик, паприка желтая – 1/2 шт., паприка красная – 1/2 шт., лимон – 1/2 шт., масло сливочное – 2 столовые ложки, вино белое сухое – 1/2 стакана, сметана – 2 столовые ложки, лист лавровый – 1 шт., укроп – 1 пучок, шафран, соль

Способ приготовления

Укроп измельчить. Чеснок очистить и пропустить через чеснокодавилку. Лук-шалот и паприку мелко нарезать. Из лимона выжать сок, цедру натереть на мелкой терке.

В глубокую кастрюлю положить сливочное масло, чеснок, паприку и лук-шалот. Тушить, не накрывая крышкой, в микроволновой печи в течение 5 минут при максимальной мощности.

Рыбу сбрызнуть лимонным соком, положить в кастрюлю с тушеным чесноком и луком, посолить и прогревать в течение 2 минут при той же мощности.

После этого добавить лимонную цедру, лавровый лист и щепотку шафрана, налить сухое белое вино, рыбный и овощной бульон. Кастрюлю закрыть крышкой и поставить в печь на 6 минут. Мощность должна оставаться максимальной.

Готовый суп украсить зеленью укропа перед подачей на стол. Подавать со сметаной.

Щи с осетриной

Компоненты

Вода – 4 стакана, филе осетра – 200 г, морковь – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., корень петрушки – 1 шт., капуста квашеная – 2 столовые ложки, паста томатная – 1 столовая ложка, масло растительное – 2 столовые ложки, лист лавровый – 1 шт., перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Лук, морковь и корень петрушки промыть, почистить и измельчить. Затем положить на специальное блюдо из термоустойчивого материала и обжаривать в растительном масле в течение 1 минуты при средней мощности. После этого добавить томатную пасту и прогревать еще 20 секунд при той же мощности.

Филе осетра промыть, разрезать на 4 куска, положить в глубокую кастрюлю, залить водой и поместить в микроволновую печь.

При максимальной мощности довести до кипения, затем снизить мощность до среднего уровня и прогревать в течение 3 минут.

После этого рыбу вынуть. В бульон положить капусту. Варить в течение 2 минут на том же уровне мощности.

В бульон положить лук, морковь, корень петрушки, лавровый лист, перец и соль. Поместить кастрюлю на 30 секунд в микроволновку, после чего добавить куски рыбы. Варить 30 секунд при максимальном уровне мощности.

Рыбная солянка

Компоненты

Щука крупная – 2 шт., лимон – 1 шт., лук репчатый – 2 шт., огурцы соленые – 3 шт., шампиньоны свежие – 3 шт., помидоры – 4 шт., маслины черные – 12 шт., корень петрушки – 1 шт., петрушка – 1 пучок, укроп – 1 пучок, масло сливочное – 2 столовые ложки, каперсы измельченные – 1 столовая ложка, сметана – 4 столовые ложки, крабы – 100 г, мука грубого помола – 1/2 стакана, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Лук, зелень укропа и петрушки измельчить. Помидоры обдать кипятком, снять кожицу и тоже измельчить. Соленые огурцы и корень петрушки нарезать кубиками, шампиньоны – тонкими

полосками. Из лимона выжать сок.

Щуку очистить от чешуи, отделить от костей, нарезать кусочками, посолить и сбрызнуть лимонным соком.

Из рыбных голов и костей сварить 3 стакана бульона.

В специальную посуду из огнеупорного материала положить сливочное масло и лук. Прогревать в микроволновой печи в течение 5 минут при максимальной мощности. После этого добавить грибы, помидоры, огурцы и корень петрушки, посолить и поперчить.

Овощи и грибы готовить в микроволновой печи при средней мощности в течение 12 минут. Один раз перемешать и добавить немного рыбного бульона. Затем положить кусочки рыбы и крабы.

В небольшом количестве холодной воды развести муку и перемешать с предварительно измельченной петрушкой. Получившуюся смесь добавить в суп.

Солянку поместить в микроволновку и готовить в течение 7 минут. После этого добавить измельченные каперсы, маслины и сметану.

Перед тем как подать суп к столу, украсить укропом.

Рыбный борщ

Компоненты

Вода – 4 стакана, карась крупный – 2 шт., капуста белокочанная – 200 г, свекла – 1 шт., морковь – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., лист лавровый – 1 шт., корень петрушки – 1 шт., корень сельдерея – 1 шт., паста томатная – 1 столовая ложка, масло растительное – 3 столовые ложки, мука – 2 столовые ложки, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Капусту нашинковать. Морковь, лук и корни сельдерея и петрушки помыть, очистить и мелко нарезать.

Свеклу вымыть, прогревать в кожуре в микроволновой печи в течение 5 минут при максимальной мощности. После этого остудить, очистить и нарезать соломкой.

Лук обвалять в муке и прожарить в масле.

В глубокую кастрюлю положить измельченные морковь и коренья, залить их водой и довести до кипения. Затем добавить капусту, лук и свеклу. Прогревать в печи при максимальной мощности в течение 5 минут.

Рыбу очистить от чешуи, промыть, выпотрошить, посолить,

обвалять в муке и поместить на специальную тарелку из термоустойчивого материала. Обжарить в микроволновке при средней мощности с двух сторон.

Добавить в борщ томатную пасту, лавровый лист, посолить и поперчить по вкусу, добавить рыбу и прогревать в течение 6 минут при той же мощности.

Суп «Буррида»

Компоненты

Бульон рыбный – 2 стакана, бульон овощной – 1/2 стакана, филе морской рыбы – 1 кг, чеснок – 3 зубчика, лук репчатый – 2 шт., цуккини – 1 шт., морковь – 1 шт., стебель сельдерея – 2 шт., картофель – 2 шт., помидоры – 5 шт., лимон – 1/2 шт., фенхель с зеленью – 1/2 клубня, лук зеленый – 1 пучок, петрушка – 1 пучок, тимьян – 1/2 пучка, эстрагон – 1/2 пучка, лист лавровый – 1 шт., вино белое – 1 стакан, масло оливковое – 2 столовые ложки, перец белый молотый, соль.

Для чесночного майонеза:

чеснок – 5 зубчиков, желтки – 2 шт., масло оливковое – 3 столовые ложки, лимон – 1 шт., пюре из 1 клубня картофеля, перец белый молотый, горчица, морская соль.

Способ приготовления

Овощи помыть и нарезать кубиками. Чеснок очистить и пропустить через чеснокодавилку. Тимьян, фенхель, лук зеленый, петрушку и эстрагон измельчить. Из лимона выжать сок.

Рыбное филе посолить, сбрызнуть лимонным соком и нарезать порционными кусками.

Все овощи, кроме помидоров, положить в глубокую кастрюлю вместе с оливковым маслом, чесноком, перцем и солью. Прогревать в микроволновой печи в течение 5 минут при максимальной мощности. После этого положить в кастрюлю помидоры, зелень, лавровый лист, влить белое вино, рыбный и овощной бульоны. Накрыть крышкой, поместить в печь и варить в течение 8 минут при той же мощности.

Затем добавить куски рыбы и прогревать еще 6 минут.

Чесночный майонез делается следующим образом. Чеснок очистить, пропустить через чеснокодавилку и смешать с желтками и оливковым маслом. Добавить картофельное пюре, лимонную цедру, предварительно натертую на мелкой терке,

лимонный сок, горчицу, соль и перец. Все тщательно перемешать и соединить с бульоном, не доводя до кипения.

Перед тем как подать суп к столу, украсить измельченной петрушкой.

Суп «Маймарокка»

Компоненты

Вода – 7 стаканов, рыба сушеная мелкая – 5–6 шт., картофель – 7 шт., лук репчатый – 1 шт., лист лавровый – 1 шт., перец черный молотый, соль.

Способ приготовления

В глубокую кастрюлю налить воду и довести до кипения в микроволновой печи.

Картофель и лук очистить, нарезать кубиками и положить в кипящую воду.

После этого добавить сушеную рыбу, лавровый лист, посолить и поперчить по вкусу. Готовить в течение 5 минут при максимальной мощности.

Грибные супы

Грибные супы можно приготовить на основе мясного или куриного бульона. В рецепты можно включать разнообразные овощи и даже злаки, что очень полезно и питательно.

Суп по-флорентийски

Компоненты

Бульон мясной – 1/2 стакана, молоко – 1/2 стакана, шампиньоны – 3 шт., лук репчатый – 1 шт., желток – 1 шт., чеснок – 1 зубчик, масло сливочное – 1 столовая ложка, сливки – 4 столовые ложки, мука – 1 столовая ложка, шпинат перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Лук и чеснок очистить и измельчить. Грибы и шпинат нарезать и поместить в глубокую кастрюлю из огнеупорного материала. Добавить сливочное масло, лук и чеснок, тщательно перемешать, накрыть крышкой и поместить в микроволновую

печь. Прогревать в течение 6 минут при максимальной мощности.

После этого в кастрюлю всыпать муку и хорошо перемешать.

В грибы добавить бульон и молоко, посолить и поперчить по вкусу. Варить при полной мощности в течение 3 минут. Довести суп до кипения и добавить разведенный со сливками желток.

Суп прогревать в микроволновке еще 1 минуту при той же мощности.

Борщ по-печерски

Компоненты

Квас – 2 стакана, свекла – 2 шт., лук репчатый – 1 шт., морковь – 1 шт., корень петрушки – 1 шт., капуста белокочанная – 1/4 кочана, грибы сушеные – 3 столовые ложки, масло растительное – 2 столовые ложки, зелень сельдерея, соль

Способ приготовления

Зелень сельдерея помыть и измельчить. Капусту нашинковать. Морковь, лук и корень петрушки почистить и нарезать тонкой соломкой. Сушеные грибы истолочь.

Свеклу проколоть вилкой в нескольких местах, положить в специальную посуду из термоустойчивого материала, поместить в микроволновую печь и запекать в течение 8 минут при максимальной мощности. После этого свеклу остудить, очистить и нарезать соломкой.

Нарезанные морковь, лук и корень петрушки положить в глубокую кастрюлю, добавить масло и пассеровать в печи в течение 2 минут при полной мощности.

В кастрюлю добавить свеклу, капусту, грибы и соль, залить квасом и тщательно перемешать. Готовить при закрытой крышке в течение 10 минут при той же мощности.

Перед тем как подать борщ к столу, украсить его зеленью сельдерея.

Борщ по-вегетариански

Компоненты

Вода – 10 стаканов, свеклы среднего размера – 3 шт., морковь – 2 шт., лук репчатый – 2 шт., корень петрушки – 1 шт., капуста цветная – 1/4 кочана, грибы сушеные

измельченные – 1 стакан, масло растительное – 2 столовые ложки, зелень сельдерея измельченная – 1 столовая ложка, перец черный молотый, соль.

Способ приготовления

Цветную капусту разобрать на соцветия. Лук, морковь и корень петрушки почистить, помыть и нарезать кружочками.

Свеклу наколоть в нескольких местах вилкой, поместить на специальную посуду из огнеупорного материала и запекать в микроволновой печи при максимальной мощности в течение 10 минут. После этого остудить, очистить и нарезать соломкой.

Овощи положить в глубокую кастрюлю, добавить растительное масло и прогревать в течение 3 минут при той же мощности.

Затем добавить соль, черный молотый перец, сушеные грибы, влить воду и варить при закрытой крышке 10 минут при максимальной мощности.

Украсить зеленью сельдерея.

Совет. В данном рецепте цветную капусту можно заменить белокочанной, а также добавить по желанию помидоры.

Суп с проросшими зернами пшеницы

Компоненты

Бульон овощной на дрожжах – 4 стакана, пшеница проросшая – 120 г, лук репчатый – 2 шт., чеснок – 2 зубчика, корень сельдерея – 1 шт., стебель сельдерея – 1 шт., стебель лука-порея – 1 шт., баклажан – 1 шт., морковь – 2 шт., картофель – 2 шт., шампиньоны – 4 шт., масло сливочное – 2 столовые ложки, петрушка – 1/2 пучка, сыр, натертый на крупной терке, – 4 столовые ложки, перец белый молотый, соль

Способ приготовления

Перед тем как приступить к приготовлению данного супа, необходимо замочить зерна пшеницы в холодной воде на ночь.

Картофель, морковь, корень и стебель сельдерея, баклажан, лук и лук-порей почистить, помыть и нарезать кубиками. Чеснок пропустить через чеснокодавилку. Грибы мелко нарезать.

В глубокую кастрюлю положить сливочное масло и растопить его в микроволновой печи в течение 1 минуты при максимальной мощности. После этого добавить приготовленные овощи и грибы и тушить, время от времени помешивая, в течение 3 минут при

той же мощности.

Затем добавить бульон, пшеницу, посолить и поперчить по вкусу и прогревать еще 8 минут при максимальной мощности.

Перед подачей на стол в готовый суп положить натертый на крупной терке сыр и украсить зеленью петрушки.

Суп с полбой

Компоненты

Бульон овощной – 4 стакана, шампиньоны – 6 шт., лук репчатый – 2 шт., цуккини – 1 шт., чеснок – 1 зубчик, масло сливочное – 2 столовые ложки, сметана – 2 столовые ложки, полба(крупа из пшеницы особого сорта) – 100 г, петрушка кудрявая – 3 веточки, перец белый молотый, соль морская

Способ приготовления

Чеснок очистить и пропустить через чеснокодавилку.

Грибы нарезать тонкими ломтиками, лук – колечками, цуккини – кубиками.

В специальную глубокую посуду из огнеупорного материала положить сливочное масло, лук, чеснок, грибы и цуккини. Прогревать в микроволновой печи в течение 2 минут при максимальной мощности. После этого добавить полбу и поместить в печь на 2 минуты, не меняя уровня мощности. При тушении посуду не накрывать крышкой. Влить бульон, добавить соль и перец, накрыть крышкой и варить в течение 8 минут при той же мощности.

Перед подачей к столу суп украсить веточками кудрявой петрушки и заправить сметаной.

Суп «Грибное лукошко»

Компоненты

Бульон куриный – 1 стакан, молоко – 1 стакан, сливки – 1/2 стакана, грибы свежие – 4 шт., луковицы лука-шалота – 4 шт., желтки – 2 шт., мука – 1 столовая ложка, масло растительное – 2 столовые ложки, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Лук-шалот нарезать кольцами, грибы – тонкими ломтиками.

В глубокой кастрюле разогреть масло, выложить грибы и лук. Пассеровать при закрытой крышке в течение 3 минут при максимальной мощности. После этого в кастрюлю влить бульон, молоко и варить еще 5 минут, не снижая мощности.

В отдельной посуде растереть муку с небольшим количеством воды. Смесь добавить в суп при постоянном помешивании, чтобы избежать возникновения комочков. Держать в микроволновке еще 2 минуты при той же мощности.

Желтки взбить со сливками и влить в горячий суп. Затем добавить перец и соль, хорошо размешать и варить при максимальной мощности в течение 3 минут.

Суп «На лесной опушке»

Компоненты

Вода – 2 стакана, шампиньоны свежие – 3 шт., картофель – 1 шт., желток – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., лист лавровый – 1 шт., масло сливочное – 2 столовые ложки, мука – 2 чайные ложки, сметана – 2 столовые ложки, укроп, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Зелень укропа помыть и измельчить. Шампиньоны, лук и картофель очистить и нарезать кубиками.

В глубокую кастрюлю положить сливочное масло, грибы, лук и картофель.

Поместить в микроволновую печь и прогревать в течение 2 минут при максимальной мощности.

После этого в кастрюлю налить воду, поперчить и посолить по вкусу и добавить лавровый лист.

В отдельной посуде растереть желток, муку и сметану, добавить измельченный укроп и тщательно перемешать.

Полученную смесь добавить в суп и варить еще 40–50 секунд, не понижая мощности.

Овощные супы

Овощной суп – самое быстрое и недорогое блюдо. Его можно приготовить на основе мясных и куриных бульонов или по-вегетариански – только из овощей, корнеплодов, злаков и различных специй и приправ. В блюдах такого рода больше всего

витаминов и нужных человеческому организму питательных веществ. К тому же они не требуют много времени на приготовление и готовятся из продуктов, которые под рукой у любой хозяйки.

Суп луковый по-французски

Компоненты

Бульон мясной – 6 стаканов, лук репчатый – 4 шт., мука – 3 столовые ложки, маргарин – 1 столовая ложка, сыр, натертый на крупной терке, – 3 столовые ложки, орех мускатный молотый, корица, сахар, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Луковицы почистить и мелко нарезать.

В специальную посуду из огнеупорного материала положить маргарин, добавить лук и поместить в микроволновую печь. Обжаривать при максимальной мощности в течение 2 минут. После этого добавить муку и держать в печи еще 1 минуту, не меняя уровня мощности. В глубокую кастрюлю налить бульон, затем выложить сыр и лук, добавить молотый мускатный орех, по щепотке корицы и сахара, посолить и поперчить по вкусу. Накрыть крышкой и варить в микроволновке в течение 1 минуты на среднем уровне мощности.

Суп капустный по-кубански

Компоненты

Вода – 10 стаканов, капуста квашеная – 1 стакан, картофель – 2 шт., лук репчатый – 1 шт., чеснок – 1 зубчик, пшено – 3 столовые ложки, масло растительное – 1 столовая ложка, паста томатная – 1 чайная ложка, сметана – 4 чайные ложки, зелень укропа или петрушки, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Зелень петрушки или укропа помыть и измельчить. Пшено перебрать и тщательно промыть водой. Картофель почистить и нарезать мелкими кубиками. Чеснок пропустить через чеснокодавилку и растереть с зеленью.

Капусту промыть водой и мелко нарезать.

Нарезанный кольцами лук смешать с томатной пастой и обжаривать с растительным маслом в специальной посуде из термоустойчивого материала в печи в течение 1 минуты. Мощность должна быть максимальной.

В глубокую кастрюлю налить воду и положить картофель и пшено. Поместить в микроволновую печь и прогревать в течение 5 минут при максимальной мощности.

В кастрюлю добавить капусту, лук с томатной пастой, посолить, поперчить по вкусу и варить 5 минут, периодически помешивая. После этого заправить готовый суп сметаной и зеленью с чесноком.

Суп луковый по-итальянски

Компоненты

Бульон куриный – 6 стаканов, лук репчатый – 7 шт., лимон – 2 дольки, масло оливковое – 3 столовыеложки, мука – 1 чайная ложка, петрушка, перец красный молотый, соль

Способ приготовления

Петрушку помыть и измельчить. Луковицы очистить и нарезать мелкими кубиками. В глубокую кастрюлю налить бульон, добавить лук, оливковое масло, красный молотый перец и соль. Поместить в микроволновую печь и готовить при закрытой крышке при максимальной мощности в течение 4 минут.

В отдельной посуде растереть муку в холодной воде до исчезновения комочков. Смесь положить в суп и варить еще 1 минуту, не понижая мощности. Перед подачей на стол суп следует украсить дольками лимона и петрушкой.

Суп молочный с луком

Компоненты

Молоко – 2 стакана, лук репчатый – 3 шт., сметана – 2 столовые ложки, мука пшеничная – 1 столовая ложка, орех мускатный молотый, корица, перец красный молотый, соль

Способ приготовления

Луковицы очистить, нарезать колечками, положить в глубокую кастрюлю. Добавить сметану, накрыть крышкой и прогревать в микроволновой печи в течение 2 минут при максимальной мощности. Затем перевести уровень мощности на средний и оставить в печи еще на 2 минуты, пока не выкипит жидкость, а лук не приобретет золотистую окраску.

После этого в кастрюлю всыпать муку и тщательно перемешать. Влить молоко, довести суп до кипения и протереть через мелкое сито. Затем добавить перец и соль, молотый мускатный орех и корицу. Еще раз протереть через марлю.

Суп молочный с репой

Компоненты

Молоко – 8 стаканов, картофель – 3 шт., репа – 1 шт., морковь – 1 шт., капуста белокочанная – 1/4 кочана, масло сливочное – 3 столовые ложки, орех мускатный молотый, корица, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Картофель нарезать дольками, капусту – квадратиками, репу и морковь – соломкой.

В отдельную посуду из огнеупорного материала положить сливочное масло, репу и морковь. Пассеровать в микроволновой печи в течение 3 минут при максимальной мощности.

В глубокую кастрюлю налить молоко и довести его в печи до кипения. Добавить картофель, капусту, репу, морковь, специи и соль. Варить 5 минут, переведя уровень мощности на средний. После этого тщательно перемешать и оставить в печи еще на 2 минуты.

Суп картофельный с соевыми бобами

Компоненты

Бульон мясной – 10 стаканов, вода кипяченая – 3 стакана, картофель – 6 шт., лук репчатый – 1 шт., лист лавровый – 1 шт., бобы соевые – 2 стакана, мука – 1 столовая ложка, масло сливочное – 2 столовые ложки, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Перед тем как приступить к приготовлению данного супа, необходимо залить соевые бобы кипяченой водой на 10–12 часов.

Картофель и лук очистить и нарезать. В специальную посуду положить сливочное масло и лук.

Прогревать в микроволновой печи в течение 1 минуты при полной мощности. Затем добавить муку, тщательно размешать до полного исчезновения комочков и оставить в печи еще на 1 минуту.

Соевые бобы варить в течение 15 минут на полном уровне мощности, затем слить воду. После этого в кастрюлю с бобами влить готовый мясной бульон, добавить картофель и обжаренный лук. Варить 10 минут, не меняя уровня мощности, посолить, поперчить по вкусу, добавить лавровый лист и прогревать еще 50 секунд при средней мощности.

Суп с крапивой

Компоненты

Вода – 6 стаканов, листья крапивы – 4 стакана, листья щавеля – 4 стакана, лук репчатый – 1 шт., яйца – 2 шт., мука – 2 столовые ложки, масло сливочное – 2 столовые ложки, сметана – 3 столовые ложки, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Яйца сварить вкрутую, остудить, очистить и разрезать на две половинки.

Крапиву и щавель поместить в две отдельные кастрюли, посолить, добавить по 2 стакана воды и сварить в течение 50 секунд при средней мощности. После этого листья откинуть на дуршлаг. Затем щавель и крапиву протереть и снова опустить в воду, в которой они варились.

На обычной газовой плите обжарить на сухой сковороде муку.

Луковицу почистить, нарезать колечками и обжаривать в микроволновой печи на сливочном масле в течение 1 минуты при максимальном уровне мощности.

В кастрюлю с отваром листьев добавить муку, лук, масло, посолить и поперчить по вкусу, накрыть крышкой, поместить в микроволновку и варить в течение 5 минут на максимальном уровне мощности. Периодически помешивать.

Сметану смешать с 2 стаканами воды и влить в кастрюлю. Суп довести до кипения.

Перед тем как подать суп на стол, в каждую тарелку положить по половинке яйца.

Суп с пряностями

Компоненты

Вода – 3 стакана, картофель – 4 шт., морковь – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., корень петрушки – 1 шт., корень сельдерея – 1 шт. гвоздички – 2 шт., масло сливочное – 2 столовые ложки, мука – 1 столовая ложка, соус томатный – 1 столовая ложка, орех мускатный молотый – 1/2 чайной ложки, укроп измельченный – 2 чайные ложки, соль

Способ приготовления

Корни петрушки и сельдерея, морковь, картофель и лук очистить и нарезать мелкими кубиками.

В глубокой кастрюле разогреть сливочное масло, положить овощи, посолить, влить воду и тушить в микроволновой печи в течение 2 минут при максимальной мощности.

Муку растереть с небольшим количеством воды до исчезновения комочков.

Полученную смесь вылить в бульон. Добавить пряности и томатный соус. Прогревать при полной мощности в течение 1 минуты.

Перед тем как подать готовый суп к столу, украсить его укропом.

Суп с корнеплодами

Компоненты

Вода – 2 стакана, морковь – 4 шт., корень петрушки – 2 шт., корень сельдерея – 1 шт., репа – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., чеснок – 1 зубчик, сливки – 1 стакан, укроп, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Чеснок и зелень укропа измельчить. Лук очистить и нарезать кольцами.

Корни петрушки и сельдерея, репу и морковь натереть на крупной терке, положить в глубокую кастрюлю, залить водой и

варить при закрытой крышке в микроволновой печи в течение 8 минут на максимальном уровне мощности.

Овощи вынуть из отвара и взбить блендером. После этого соединить с супом, добавить лук, чеснок, сливки, черный молотый перец и соль. Оставить в печи еще на 3 минуты, не меняя уровня мощности.

Украсить суп зеленью укропа.

Суп с тыквой

Компоненты

Молоко – 2 стакана, тыква – 200 г, масло сливочное – 3 столовые ложки, орех мускатный молотый – 1/2 чайной ложки, корица – 1/2 чайной ложки, перец красный молотый, соль

Способ приготовления

Вынуть из тыквы семена, очистить от кожуры, нарезать мелкими кубиками и положить в глубокую кастрюлю. Добавить сливочное масло и 1 стакан молока. Прогревать в микроволновой печи в течение 5 минут. Мощность должна быть максимальной.

Кусочки тыквы вынуть из кастрюли, растереть их до образования пюре, опустить в отвар, добавить еще 1 стакан молока, специи и посолить. После этого снова поместить в печь и варить в течение 1 минуты при той же мощности.

Суп с подорожником

Компоненты

Бульон мясной – 10 стаканов, листья подорожника – 800 г, морковь – 1 шт., корень петрушки – 1 шт., корень сельдерея – 1 шт., масло сливочное – 2 столовые ложки, мука – 1 столовая ложка, соус томатный – 1 десертная ложка, сметана – 2 столовые ложки, лук зеленый, укроп, соль

Способ приготовления

Зеленый лук и укроп промыть и измельчить. Морковь и корни петрушки и сельдерея почистить и нарезать кружочками.

Вымытые и обсушенные листья подорожника пропустить через мясорубку.

В глубокую кастрюлю налить готовый мясной бульон и довести его до кипения в микроволновой печи при максимальной мощности. Подорожник опустить в кипящий бульон, добавить морковь, корни петрушки и сельдерея, зеленый лук и томатный соус.

В отдельной посуде прогревать в течение 1 минуты муку со сливочным маслом. Мощность при этом должна быть средней. Затем полученную смесь поместить в суп, посолить и варить еще 2 минуты при той же мощности.

Перед тем как подать суп на стол, заправить его сметаной и украсить зеленью укропа.

Суп с картофельными крекерами

Компоненты

Молоко – 6 стаканов, вода – 1 стакан, крекеры картофельные – 120 г, сахар – 2 столовые ложки, масло сливочное – 1 столовая ложка, соль

Способ приготовления

В глубокую кастрюлю налить холодную воду и довести ее до кипения в микроволновой печи. В кипящую воду поместить картофельные крекеры на 1 минуту, добавить заранее разогретое молоко и варить в течение 3 минут при максимальной мощности.

За 50 секунд до окончания варки добавить в суп соль и сахар. Снова довести до кипения и заправить сливочным маслом.

Суп с помидорами

Компоненты

Вода – 2 стакана, помидоры – 3 шт., морковь – 1 шт., корень петрушки – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., чеснок – 2 зубчика, масло сливочное – 2 столовые ложки, аджика – 2 чайные ложки, укроп, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Помидоры обдать кипятком, снять кожуру, нарезать мелкими дольками. Укроп вымыть и измельчить.

Морковь, лук, чеснок и корень петрушки почистить и мелко нарезать. В глубокую кастрюлю налить 1 стакан воды, положить туда овощи и сливочное масло. Варить в микроволновой печи в

течение 2 минут при максимальной мощности. После этого добавить в суп аджику, помидоры, посолить и поперчить по вкусу, долить оставшуюся воду и закрыть крышкой. Прогревать в течение 4 минут, не меняя уровня мощности. Украсить укропом.

Суп-пюре со спаржей

Компоненты

Вода – 2 стакана, молоко – 4 стакана, спаржа – 800 г, масло топленое – 4 столовые ложки, мука – 2 столовые ложки, корица, соль

Способ приготовления

Спаржу почистить, отложить 20 головок, остальные нарезать, положить в глубокую кастрюлю, залить водой и посолить. Поместить кастрюлю в микроволновую печь и варить в течение 7 минут при среднем уровне мощности.

В отдельной посуде смешать муку с 2 столовыми ложками топленого масла. Получившуюся смесь прогревать в печи при максимальной мощности в течение 1 минуты.

После этого в смесь добавить молоко и довести до кипения. Затем добавить отвар и спаржу и держать в микроволновке еще 5 минут, не меняя уровня мощности.

Суп протереть через сито, еще раз посолить и добавить корицу.

Суп «Крестьянский»

Компоненты

Вода – 4 стакана, картофель – 2 шт., помидоры – 2 шт., морковь – 1 шт., лук зеленый – 1 пучок, горошек зеленый консервированный – 1 столовая ложка, чеснок – 2 зубчика, масло сливочное – 2 столовые ложки, зелень укропа, зелень петрушки, перец черный молотый, лист лавровый, соль

Способ приготовления

Чеснок очистить и пропустить через чеснокодавилку. Укроп, петрушку и зеленый лук помыть и измельчить. Помидоры нарезать кружками, морковь и картофель – мелкими кубиками.

В глубокую кастрюлю положить сливочное масло и растопить

его в микроволновой печи в течение 20 секунд при максимальной мощности.

В кастрюлю добавить чеснок, морковь и зеленый лук. Прожаривать в течение 30 секунд, не понижая уровня мощности.

После этого влить воду, добавить картофель, помидоры и консервированный зеленый горошек. Варить в течение 2 минут при полной мощности.

В суп положить лавровый лист, зелень укропа и петрушки, посолить, поперчить и прогревать еще 1 минуту.

Суп «Дачный»

Компоненты

Бульон куриный – 1 стакан, молоко – 1 стакан, капуста цветная – 1/4 кочана, картофель – 3 шт., желток – 1 шт., маргарин – 1 столовая ложка, мука – 1 столовая ложка, сливки – 5 столовых ложек, сок лимонный – 1/2 чайной ложки, укроп, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Зелень укропа измельчить. Картофель почистить и нарезать кубиками. Так же нарезать цветную капусту.

В глубокую кастрюлю налить готовый куриный бульон, положить цветную капусту и картофель, накрыть крышкой, поместить в микроволновую печь и прогревать в течение 5 минут при максимальной мощности. После этого добавить молоко и довести до кипения, не понижая уровня мощности.

В отдельной посуде растереть муку, маргарин, сливки и желток. Полученную смесь добавить в суп, тщательно перемешать до исчезновения комочков и оставить в печи на 2 минуты.

После этого в суп влить лимонный сок, добавить соль и перец. Прогревать еще 40 секунд при той же мощности.

Украсить зеленью укропа.

Совет. Цветную капусту в этом блюде можно заменить белокочанной.

Суп «Славянский»

Компоненты

Бульон мясной – 3 стакана, лук репчатый – 1 шт., корень петрушки – 1 шт., корень сельдерея – 1 шт., хлеб

ржаной – 4 ломтика, чеснок – 4 зубчика, масло топленое – 2 столовые ложки, орех мускатный молотый – 1/2 чайной ложки, зелень петрушки измельченная – 2 чайные ложки, соль

Способ приготовления

Чеснок и лук почистить и мелко нарезать.

Корни петрушки и сельдерея очистить, нарезать кружочками и обжаривать в топленом масле в микроволновой печи в течение 2 минут. Мощность должна быть максимальной.

Ломтики хлеба положить на специальную посуду, добавить 1 столовую ложку топленого масла, посолить и обжарить. Посыпать зеленью петрушки.

В кастрюлю налить готовый мясной бульон, добавить лук, чеснок, обжаренные коренья и молотый мускатный орех. Поместить в микроволновку и готовить в течение 8 минут при средней мощности.

К каждой порции подать по ломтику хлеба.

Совет. В данное блюдо по желанию можно добавить сладкий перец, лист лавровый и помидоры.

Суп «Зеленый»

Компоненты

Молоко – 1 стакан, шпинат – 200 г, лук зеленый – 1 пучок, сыр, натертый на крупной терке, – 2 столовые ложки, масло сливочное топленое – 2 столовые ложки, укроп, орех мускатный молотый, перец красный молотый, соль

Способ приготовления

Шпинат и зеленый лук измельчить.

Зеленый лук положить в глубокую кастрюлю, добавить топленое сливочное масло, поместить в микроволновую печь и прогревать в течение 1 минуты при средней мощности.

В кастрюлю добавить шпинат, налить молоко и прогревать в течение 40 секунд, увеличив мощность до максимальной.

После этого суп посолить и поперчить, добавить натертый на крупной терке сыр, укроп и щепотку мускатного ореха. Оставить в печи еще на 10 секунд, не меняя уровня мощности.

Суп «Византийский»

Компоненты

Бульон мясной – 4 стакана, яйца куриные – 4 шт., хлеб – 4 ломтика, сыр – 4 ломтика, масло топленое – 1 столовая ложка, мелко нарезанная зелень укропа – 2 чайные ложки, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

На обычной газовой плите обжарить в топленом масле ломтики хлеба. После этого хлеб поместить на специальную посуду из огнеупорного материала, посыпать черным молотым перцем, положить сыр и запекать в микроволновой печи в течение 30 секунд. Мощность при этом должна быть максимальной.

В кастрюлю влить готовый мясной бульон, посолить и поперчить по вкусу, разогреть, не доводя до кипения, в печи при максимальной мощности.

В каждую тарелку выложить по кусочку хлеба, разбить сверху яйцо и залить бульоном.

Украсить зеленью укропа.

Суп «Летний»

Компоненты

Бульон куриный – 10 стаканов, помидоры – 2 шт., морковь – 2 шт., корень сельдерея – 2 шт., лук репчатый – 2 шт., картофель – 4 шт., брокколи – 150 г, горошек зеленый консервированный – 2 столовые ложки, масло топленое – 2 столовые ложки, зелень петрушки измельченная – 2 чайные ложки, перец черный молотый, соль.

Способ приготовления

Лук, морковь, помидоры, картофель и корни сельдерея почистить и нарезать кубиками. Брокколи разобрать на соцветия.

В кастрюлю положить топленое масло и лук. Прогревать в микроволновой печи в течение 2 минут при полной мощности.

Добавить картофель, морковь и корни сельдерея, налить готовый куриный бульон, посолить и поперчить по вкусу. Готовить при максимальной мощности в течение 10 минут. Крышка при этом должна быть закрытой.

Затем в кастрюлю положить помидоры, консервированный зеленый горошек и держать в печи еще 5 минут при той же мощности. После этого добавить брокколи. Прогревать в течение

2 минут.

Украсить зеленью петрушки.

Суп «Солдатский»

Компоненты

Бульон мясной – 10 стаканов, картофель – 8 шт., морковь – 1 шт., корень петрушки – 1 шт., лист лавровый – 1 шт., крупа перловая – 4 столовые ложки, масло топленое – 2 столовые ложки, мелко нарезанная зелень петрушки – 2 чайные ложки, орех мускатный молотый, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Перед тем как приступить к приготовлению супа по данному рецепту, необходимо промытую перловую крупу залить водой и оставить на 2 часа.

Морковь, картофель и корень петрушки почистить, нарезать и поместить на специальную посуду. Добавить топленое масло и обжаривать овощи в течение 5 минут при полной мощности.

В кастрюлю налить готовый мясной бульон, положить перловую крупу и прогревать в микроволновой печи в течение 7 минут при максимальной мощности.

После этого в суп добавить обжаренные овощи, мускатный орех, лавровый лист, соль и перец. Готовить еще 10 минут при той же мощности. Перед подачей на стол украсить зеленью петрушки.

Суп-пюре «Морковный»

Компоненты

Бульон мясной – 4 стакана, морковь – 4 шт., корень петрушки – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., сливки – 1/2 стакана, мелко нарезанная зелень петрушки – 1 столовая ложка, перец красный молотый, соль.

Способ приготовления

Корень петрушки, лук и морковь почистить, мелко нарезать, положить в кастрюлю, залить бульоном, поместить в микроволновую печь и варить до тех пор, пока овощи не станут мягкими. Мощность должна быть максимальной. После этого

взбить сваренные овощи блендером.

Полученную массу опустить обратно в бульон, посолить, поперчить по вкусу, добавить сливки, тщательно перемешать и варить в печи в течение 2 минут, понизив уровень мощности до среднего. Украсить зеленью петрушки. **Совет.** В данном рецепте красный молотый перец можно заменить черным, а петрушку – укропом.

Суп «Шатильон»

Компоненты

Вода – 2 стакана, лук репчатый – 3 шт., хлеб – 4 ломтика, чеснок – 1 зубчик, масло топленое – 2 столовые ложки, сыр острых сортов, натертый на крупной терке, – 3 столовые ложки, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Чеснок очистить и пропустить через чеснокодавилку.

Натертый на крупной терке сыр острых сортов смешать с чесноком и черным молотым перцем. Получившейся смесью смазать ломтики хлеба, поместить их на специальную посуду и прогревать в микроволновой печи в течение 40 секунд при максимальной мощности.

Луковицы почистить, нарезать кольцами, положить в глубокую кастрюлю, добавить топленое масло и обжаривать в течение 1 минуты при полной мощности.

После этого в кастрюлю добавить воду, посолить и варить при закрытой крышке в течение 2 минут. Мощность должна оставаться максимальной.

Хлеб положить в суп, прогревать в микроволновке в течение 20 секунд и сразу подавать к столу.

Суп «Варна»

Компоненты

Вода – 4 стакана, перец сладкий – 5 шт., лук репчатый – 1 шт., помидоры – 6 шт., яйца куриные – 2 шт., масло растительное – 2 столовые ложки, орех мускатный молотый – 1/2 чайной ложки, соль

Способ приготовления

Помидоры ошпарить горячей водой, снять кожуру и мелко нарезать. Затем поместить в микроволновую печь и готовить, пока не испарится жидкость.

В отдельной посуде взбить яйца до получения пены.

Луковицу почистить, нарезать кубиками, поместить в специальную посуду из термоустойчивого материала и обжаривать на растительном масле в микроволновой печи в течение 5 минут. Мощность должна быть максимальной.

У сладкого перца удалить семена и плодоножки, нарезать соломкой и положить вместе с помидорами и луком в глубокую кастрюлю. После этого овощи залить водой и посолить. Прогревать в течение 10 минут, снизив уровень мощности до среднего.

В суп добавить мускатный орех и яйца. Тщательно перемешать.

Суп «Милано»

Компоненты

Бульон мясной – 10 стаканов, стручки фасоли – 1 стакан, стручки зеленого горошка – 1 стакан, лук репчатый – 1 шт., морковь – 3 шт., корень сельдерея – 2 шт., помидоры – 2 шт., лист лавровый – 2 шт., чеснок – 3 зубчика, масло сливочное – 2 столовые ложки, паста томатная – 2 чайные ложки, рис – 4 столовые ложки, сыр, натертый на крупной терке, – 4 столовые ложки, зелень укропа измельченная – 2 чайные ложки, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Рис тщательно промыть в теплой воде.

Стручки фасоли и зеленого горошка, чеснок и лук измельчить. Помидоры нарезать дольками, морковь и корни сельдерея очистить и натереть на крупной терке.

Сливочное масло растопить на специальной тарелке, добавить лук и чеснок и прогревать в микроволновой печи в течение 1 минуты при максимальной мощности. Периодически помешивать.

В глубокую кастрюлю положить обжаренные лук и чеснок, добавить морковь и корни сельдерея. Прогревать в течение 5 минут, понизив уровень мощности до среднего.

После этого овощи залить готовым мясным бульоном, добавить томатную пасту, перец и соль. Готовить в

микроволновке при той же мощности в течение 2 минут.

В суп положить стручки фасоли и зеленого горошка, рис, лавровый лист. Варить до тех пор, пока овощи и рис не станут мягкими. Затем добавить сыр и помидоры и прогревать еще 2 минуты при средней мощности.

Украсить зеленью укропа.

Суп «Бабушкин огород»

Компоненты

Молоко – 4 стакана, репа – 1 шт., картофель – 2 шт., капуста белокочанная – 1/4 кочана, морковь – 1 шт., масло сливочное – 2 столовые ложки, сахар, соль

Способ приготовления

Капусту мелко нашинковать. Картофель, морковь и репу почистить и нарезать.

В специальную посуду положить репу и морковь, добавить сливочное масло и прогревать в микроволновой печи в течение 2 минут. Мощность при этом должна быть максимальной.

В глубокую кастрюлю налить молоко, довести его до кипения, добавить тушеные овощи, капусту, картофель, соль и щепотку сахара. Готовить еще 4 минуты при полной мощности.

Вторые блюда

Блюда, которые принято подавать на второе, делятся на мясные (котлеты, зразы, гуляш, биточки, бефстроганов, паштеты, филе в разнообразных соусах и т. д.), рыбные (запеченная, отварная, жареная, тушеная рыба под соусами из разнообразных продуктов, пудинги, запеканки и галантины) и овощные. Они могут выступать как самостоятельное блюдо или подаваться с гарниром.

Блюда из мяса

Разнообразные мясные блюда являются одной из непременных составляющих практически всех кухонь мира.

Основой для них может быть свинина, говядина, баранина, телятина, конина, крольчатина, а также мясо домашней птицы и дичи.

При наличии микроволновой печи процесс их приготовления станет приятнее и быстрее.

Перед тем как приступить к освоению приведенных ниже рецептов, следует запомнить несколько правил и советов, которые помогут сэкономить силы и продукты.

1) Если сбрызнуть жареные почки лимонным соком, их вкус станет намного приятнее.

2) Если на разрезе вареных или жареных почек имеется краснота, значит, они не свежие и употреблять их в пищу не рекомендуется.

3) Крольчатину можно сделать сочнее и вкуснее следующим образом: после того как мясо замариновалось, необходимо нашпиговать его тонкими маленькими кусочками свиного сала.

4) Печень не затвердеет при обжаривании, если ее не солить.

5) Можно подержать куски печени в кипящей воде в течение 1 минуты, а после этого промыть холодной водой и немного просушить. В этом случае обжаренная печень станет намного вкуснее.

Котлеты «Оригинальные»

Компоненты

Грудки куриные – 2 шт., морковь – 2 шт., лук репчатый – 2 шт., яйца куриные – 2 шт., телятина – 400 г,

хлеб белый – 2 ломтика, уксус 9 %-ный – 1 столовая ложка, вино – 1 столовая ложка, молоко – 4 столовые ложки, мука – 3 столовые ложки, масло растительное – 4 столовые ложки, сухари панировочные – 3 столовые ложки, зелень укропа измельченная – 2 чайные ложки, жир кулинарный – 4 столовые ложки, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Телятину и куриные грудки очистить от сухожилий и пленок и нарезать небольшими кусочками.

Лук и морковь очистить, измельчить, поместить вместе с растительным маслом, вином, уксусом, укропом и перцем в специальную посуду, тщательно перемешать. В полученный маринад положить кусочки мяса и поставить в холодильник на 2 часа.

Из яиц, молока, соли и 1 столовой ложки муки замесить тесто.

После этого овощи и мясо вынуть из маринада, добавить хлеб и пропустить через мясорубку. Разделить полученную массу на несколько частей и сформовать из каждой котлеты.

Запанировать котлеты в муке, окунуть в приготовленное ранее тесто, затем обвалять в сухарях, поместить на специальный поддон с разогретым кулинарным жиром и обжаривать в микроволновой печи в течение 10 минут при максимальной мощности.

Котлеты «Экспресс»

Компоненты

Фарш мясной готовый – 250 г, картофель – 1 шт., морковь – 1 шт., яйцо куриное – 1 шт., капуста белокочанная мелко нарезанная – 1 стакан, крупа манная – 1 столовая ложка, масло сливочное – 1 столовая ложка, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Морковь и картофель очистить, вымыть и натереть на крупной терке.

В отдельной посуде перемешать картофель, морковь, капусту, готовый фарш, яйцо, перец и соль. Полученную массу разделить на несколько частей, из которых сформовать котлеты.

Подготовленные котлеты запанировать в манной крупе,

поместить вместе со сливочным маслом на поддон с низкими бортиками и обжаривать в микроволновой печи в течение 10 минут. Мощность при этом должна быть максимальной.

Котлеты печеночные

Компоненты

Печень говяжья или свиная – 250 г, лук репчатый – 1 шт., чеснок – 1 зубчик, масло сливочное – 1 столовая ложка, сухари панировочные – 4 столовые ложки, майоран – 1 чайная ложка, бульон мясной – 3 стакана, молоко – 1/2 стакана, петрушка – 1/2 пучка, орех мускатный молотый – на кончике ножа, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Петрушку и лук измельчить. Чеснок пропустить через чеснокодавилку. Печень нарезать на куски и измельчить в кухонном комбайне или пропустить через мясорубку, предварительно удалив пленки. В специальную посуду положить масло, лук и чеснок. Поместить в микроволновую печь и прогревать в течение 4 минут при максимальной мощности. После этого добавить молоко и печень и оставить в печи еще на 1 минуту. Затем посыпать панировочными сухарями, специями, солью, тщательно перемешать и поместить на 30 минут в холодильник.

Полученную массу разделить на несколько частей и сформовать из них котлеты. Можно сделать это с помощью смазанных оливковым маслом двух столовых ложек.

В глубокую кастрюлю налить готовый мясной бульон, нагреть его, поместить туда котлеты и накрыть крышкой. Тушить в течение 4 минут при полной мощности, затем понизить уровень до среднего и оставить еще на 4 минуты. Подавать, посыпав петрушкой.

Антрекоты с грибным фаршем

Компоненты

Антрекоты – 4 шт., шампиньоны – 3 шт., лук репчатый – 1 шт., яйца куриные – 2 шт., лимон – 1 шт., приправа к мясу острая – 2 чайные ложки, масло

оливковое – 2 столовыеложки, майонез – 1 столовая ложка, соль

Способ приготовления

Лимон разрезать пополам и выжать сок. Грибы и лук пропустить через мясорубку. Яйца взбить миксером или венчиком до получения пышной пены.

Антрекоты отбить специальным молоточком, надрезать вдоль, натереть со всех сторон острой приправой к мясу, солью и лимонным соком. Поместить в холодильник на 2 часа.

В отдельной посуде перемешать оливковое масло, грибы и лук. Полученным фаршем начинить антрекоты, затем обмакнуть в яйца и прогревать в микроволновой печи в течение 2 минут с каждой стороны. Уровень мощности должен быть максимальным.

После этого антрекоты полить соусом, предварительно приготовленным из лимонного сока, майонеза и остатков фарша и яиц. Прогревать еще 10 минут при той же мощности.

Свинина с черносливом острая

Компоненты

Свинина – 500 г, лук репчатый – 3 шт., морковь – 1 шт., корень петрушки – 1 шт., чернослив без косточек – 1 стакан, сметана – 1/2 стакана, паста томатная – 3 столовые ложки, сок лимонный – 1 чайная ложка, аджика – 1 столовая ложка, крахмал – 2 столовые ложки, масло оливковое – 2 столовые ложки, хмели-сунели – 1 столовая ложка, паприка, соль

Способ приготовления

Овощи очистить и нарезать (морковь и корень петрушки – соломкой, лук – тонкими кольцами).

Томатную пасту, аджику и сметану смешать с черносливом, лимонным соком, солью и специями. Тщательно перемешать и поместить в микроволновую печь на 1 минуту. Мощность должна быть максимальной.

Мясо нарезать кусочками, отбить с помощью молоточка, посолить, затем нарезать полосками.

В специальную посуду из огнеупорного материала налить оливковое масло, нагреть его и добавить свинину. Обжаривать в печи в течение 4 минут при той же мощности.

После этого положить в кастрюлю с мясом морковь, лук и корень петрушки и оставить в печи еще на 40 секунд, понизив

уровень мощности до среднего. Затем всыпать крахмал и тщательно перемешать.

Перед подачей на стол мясо разложить по тарелкам и полить ранее приготовленным соусом с черносливом.

Свинина запеченная

Компоненты

Свинина – 1 кг, окорок копченый – 200 г, морковь – 2 шт., чеснок – 6 зубчиков, перец красный молотый, орех мускатный молотый, соль

Способ приготовления

Чеснок и морковь очистить и нарезать (морковь – тонкими полосками, чеснок – кружочками).

Окорок нарезать ломтиками.

Мясо следует нашпиговать следующим образом: проколоть дырочки и протолкнуть в них кусочки овощей.

Ломтики окорока прикрепить к куску свинины шпажками. После этого натереть перцем, мускатным орехом и солью, поместить на специальный поддон и запекать в микроволновой печи в течение 20–25 минут при максимальной мощности.

Свиные ребрышки по-бюргерски

Компоненты

Ребрышки свиные – 800 г, лук репчатый – 2 шт., кубик бульонный грибной – 1 шт., лимон – 3 дольки, пиво – 1/2 стакана, мука – 2 столовые ложки, сок лимонный – 2 столовыеложки, соус томатный острый – 3 столовые ложки, сало топленое – 2 столовые ложки, укроп сухой – 1 столовая ложка, перец черный горошком, соль

Способ приготовления

Лимонные дольки измельчить блендером. Лук очистить, измельчить, положить в специальную посуду вместе с топленым салом и прогревать в микроволновой печи в течение 1 минуты. Мощность при этом должна быть максимальной.

После этого в ту же посуду поместить нарубленные свиные ребрышки и оставить в печи еще на 5 минут, не понижая уровня

мощности.

В отдельную посуду налить пиво, добавить муку и тщательно перемешать до исчезновения комочков. Затем добавить лимонный сок, острый томатный соус и 2 столовые ложки горячей воды.

Смесь добавить к ребрышкам вместе с измельченными лимонными дольками, бульонным кубиком, сухим укропом, солью и 2–3 раздавленными горошинами черного перца. Перемешать и готовить при той же мощности в течение 2 минут.

Говядина в лимонном соусе

Компоненты

Говядина – 600 г, лук репчатый – 2 шт., морковь – 2 шт., лимон – 1/2 шт., йогурт несладкий – 1/2 стакана, кетчуп острый – 2 столовые ложки, мука – 2 столовые ложки, масло растительное – 3 столовые ложки, зелень укропа измельченная – 2 чайные ложки, перец красный молотый, соль

Способ приготовления

Морковь почистить и натереть вместе с лимонной цедрой на крупной терке. Лук нарезать кольцами, говядину – соломкой. Мякоть лимона измельчить.

В специальную посуду с низкими бортиками налить растительное масло и прогревать в микроволновой печи в течение 1 минуты при максимальной мощности. После этого положить в эту посуду кусочки мяса и обжаривать их 3 минуты, не понижая уровня мощности.

Затем к обжаренному мясу добавить овощи и прогревать в микроволновке еще 2 минуты.

После этого говядину тщательно перемешать с мукой, кетчупом, йогуртом, цедрой и мякотью лимона, перцем и солью. Посуду поместить в печь и оставить там еще на 3 минуты, переместив регулятор мощности на средний уровень.

Перед тем как подать блюдо к столу, следует разложить мясо по тарелкам и украсить зеленью укропа.

Говядина по-бургундски

Компоненты

Филе говяжье – 700 г, бекон – 100 г, грибы маслянистые – 3 шт., чеснок – 1 зубчик, лук зеленый с головками – 1 пучок, приправа сухая – 1 чайная ложка, мука – 1 столовая ложка, петрушка измельченная – 1 столовая ложка, вино красное – 1 стакан, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Бекон и грибы мелко нарезать. Чеснок порубить.

В глубокую кастрюлю положить бекон, поместить в микроволновую печь и прогревать в течение 3 минут при максимальной мощности. После этого добавить в кастрюлю говяжье филе, чеснок, грибы, сухую приправу, целые луковички, перец, соль и муку. Все тщательно перемешать и готовить еще 1 минуту, не понижая уровня мощности.

Затем влить красное вино (еще в процессе приготовления), накрыть кастрюлю крышкой с отверстием для выхода пара и довести до кипения. После этого переключить регулятор мощности на средний уровень и готовить еще 50 секунд.

Перед подачей на стол блюдо украсить зеленью петрушки.

Утка в апельсиновом соусе

Компоненты

Грудки утиные большие – 2 шт. (или 4 маленькие), кубик куриный бульонный – 1 шт., апельсин – 1 шт., сахар – 2 чайные ложки, соус соевый – 1 чайная ложка, крахмал – 1 чайная ложка, ликер апельсиновый – 2 чайные ложки, уксус винный красный – 1/2 стакана, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

В отдельной посуде уксус смешать с сахаром, поместить в микроволновую печь и прогревать в течение 6 минут на среднем уровне мощности. Половина жидкости должна выкипеть.

После этого добавить соевый соус и полученной смесью смочить утиные грудки. Затем положить их на специальную посуду из огнеупорного материала, накрыть сверху листом пергаментной бумаги и оставить в печи на 10 минут, не меняя уровня мощности. Выделившимся при жарке соком следует время от времени поливать грудки.

Апельсин очистить от кожуры и прожилок, которые следует нарезать полосками, залить горячей водой и оставить на

некоторое время для настоя. Из апельсина выжать сок, добавить его вместе с крахмалом в сок, образовавшийся при жарке.

В посуду с крахмалом и апельсиновым соком налить растворенный в неполном стакане воды бульонный кубик. Поместить в печь и прогревать при средней мощности около 3 минут. После этого соус поперчить и посолить по вкусу, а также добавить апельсиновый ликер.

Перед подачей на стол грудки разрезать по диагонали, разложить по тарелкам и украсить вымоченными апельсиновыми прожилками.

Телячье филе в ветчинно-шпинатной оболочке

Компоненты

Филе телячье – 1 небольшой кусок, лук репчатый – 2 шт., грибы свежие – 3 шт., желтки – 2 шт., белок взбитый – 1 шт., окорок сырой – 3 ломтика, хлеб белый – 2 ломтика, чеснок – 2 зубчика, шпинат – 500 г, сливки – 2 столовые ложки, масло топленое – 2 столовые ложки, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Лук и чеснок очистить и измельчить. Грибы порубить. Мякиш хлеба замочить в воде на некоторое время, затем достать, отжать и измельчить.

Телячье филе посолить и поперчить по вкусу, положить в сковороду с растопленным маслом и обжаривать на газовой плите в течение 5 минут. После этого остудить.

На отдельной сковороде растопить масло и обжарить до золотистого цвета грибы, лук и чеснок. Добавить сливки и тоже охладить.

В специальную посуду положить шпинат, поместить в микроволновую печь и прогревать в течение 5 минут при максимальной мощности. В это время в отдельной тарелке перемешать размоченный хлеб, желтки и ранее приготовленную грибную массу.

В форму с высокими бортиками поместить ломтики окорока, на них выложить грибной фарш и шпинат, залить белком, а сверху положить филе. Сколоть деревянными палочками и выпекать в микроволновке в течение 10 минут при той же мощности.

Ветчина в томатно-сливочном соусе

Компоненты

Ветчина – 300 г, помидоры – 5 шт., лук репчатый – 1 шт., перец сладкий – 1 шт., чеснок – 1 зубчик, сливки – 1 стакан, масло сливочное или маргарин – 1 столовая ложка, петрушка измельченная – 1 столовая ложка, щепотка сахара, щепотка кайенского перца, соль

Способ приготовления

У сладкого перца удалить плодоножку и семена, измельчить. Лук очистить и мелко нарезать. Чеснок пропустить через чеснокодавилку и смешать с солью. У помидоров удалить семена и нарезать мелкими кубиками, так же как и ветчину.

В глубокую кастрюлю положить лук, перец, чеснок, масло или маргарин. Поместить в микроволновую печь и прогревать в течение 5 минут при максимальной мощности.

После этого добавить нарезанные помидоры, ветчину, сливки, соль, кайенский перец и сахар. Запекать в печи при той же мощности примерно 6 минут.

Перед подачей на стол украсить петрушкой.

Ветчина, запеченная с овощами

Компоненты

Ветчина вареная – 150 г, колбаса-пеперони – 1 шт., цуккини – 1 шт., шампиньоны – 2 шт., лук репчатый – 2 шт., перец сладкий красный – 1 шт., кукуруза консервированная – 1 банка, сыр моцарелла – 4 ломтика, пастатоматная – 1 столовая ложка, перец черный молотый

Способ приготовления

Овощи промыть, очистить и нарезать (лук – кубиками, цуккини – кусочками, шампиньоны – тонкими ломтиками, сладкий перец измельчить). Пеперони нарезать кружочками, сыр – длинной соломкой, ветчину – кубиками.

Кукурузу переложить в отдельную посуду, а в жидкость, оставшуюся в банке, добавить томатную пасту.

Все овощи и грибы поместить в глубокую кастрюлю, залить соусом, добавить сыр, колбасу, ветчину и перец.

Запекать в микроволновой печи при максимальной мощности при включенной функции «гриль» в течение 8 минут.

Бекон в молочном соусе с грибами

Компоненты

Бекон без корочки – 200 г, грибы свежие – 5 шт., масло сливочное – 2 столовые ложки, мука – 3 столовые ложки, сок лимонный – 1 столовая ложка, зелень петрушки измельченная – 2 столовые ложки, молоко – 1/2 стакана, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Грибы разрезать пополам, бекон нарезать мелкими кусочками.

В плоской посуде выложить слой нарезанного бекона, накрыть его листом пергаментной бумаги и запекать в микроволновой печи в течение 2 минут при максимальной мощности.

В глубокой посуде из огнеупорного материала растопить сливочное масло, добавить к нему грибы и прогревать в течение 4 минут при полной мощности. Вынуть приготовленные грибы на отдельную тарелку и перемешать их с беконом.

В масло, оставшееся после жарки грибов, добавить просеянную муку.

Тщательно перемешать до исчезновения комочков, влить молоко и поместить в микроволновку, держать 4 минуты, периодически помешивая. Смесь считается готовой после того, как загустеет. Затем посолить и поперчить по вкусу, добавить петрушку и лимонный сок.

В посуду с грибами и беконом вылить полученный соус и готовить в печи еще 1 минуту при том же уровне мощности.

Паштет из индейки

Компоненты

Мясо индейки – 400 г, хлеб белый – 4 ломтика, лук репчатый – 1 шт., яйца куриные – 2 шт., кабачок – 1 шт., кильки разделанные – 4 шт., петрушка – 1 пучок, сливки – 1 стакан, каперсы измельченные – 2 столовые ложки, цедра 1 лимона, натертая на терке, корица – 1/2 чайной

ложки, имбирь – 1/2 чайной ложки, орех мускатный молотый – 1/2 чайной ложки, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Лук очистить и измельчить. С ломтиков хлеба удалить корки, мякиш залить сливками и оставить на некоторое время. Петрушку и кабачок промыть и мелко нарезать.

Мясо промыть и нарезать мелкими кубиками. После этого добавить корицу, имбирь, мускатный орех, лук и цедру лимона, перемешать и поставить в холодильник примерно на 10 минут.

В отдельной посуде блендером измельчить мясо со специями, добавить к нему яйца, петрушку, размоченный хлеб, кабачок, каперсы, предварительно измельченные кильки, а также посолить и поперчить по вкусу.

Фарш выложить на специальную посуду из огнеупорного материала, дно которой смазано сливочным маслом. Прогревать при закрытой крышке в микроволновой печи в течение 15 минут при максимальной мощности. После этого понизить уровень мощности до среднего и запекать еще 10 минут.

Совет. Паштет по данному рецепту можно сделать из мяса любой птицы.

Торт печеночный

Компоненты

Для блинов:

Печень – 500 г, лук репчатый – 2 шт., яйца куриные – 4 шт., сливки – 1/2 стакана, масло растительное – 1/2 стакана, мука – 4 столовые ложки, перец черный молотый, паприка, соль

Для соуса:

чеснок – 5 зубчиков, майонез – 4 столовые ложки, сметана – 4 столовые ложки, укроп измельченный – 2 чайные ложки, орех мускатный молотый, перец черный молотый, соль.

Способ приготовления

Лук с печенью пропустить через мясорубку или измельчить в блендере. В полученную смесь добавить сливки, яйца, муку, паприку, черный молотый перец и соль. Все тщательно перемешать, разделить на несколько частей и поместить на специальный поддон, предварительно смазанный маслом. Жарить

блины в микроволновой печи в течение 2 минут, установив регулятор мощности на средний уровень.

Чеснок очистить и пропустить через чеснокодавилку, затем смешать со сметаной, майонезом, мускатным орехом, укропом, перцем и солью. Готовые блины по очереди смазывать соусом и складывать друг на друга.

Сосиски с сыром

Компоненты

Сосиски – 8 шт., сыр – 4 ломтика, хлеб – 4 ломтика, бекон – 300 г, горчица готовая – 2 чайные ложки.

Способ приготовления

Сосиски надрезать вдоль. Бекон разрезать на 8 ломтиков, сыр – на 8 полосок.

В надрез на сосисках вложить полоски сыра, обернуть их ломтиком бекона и сколоть шпажкой. Поместить на поддон и запекать в микроволновой печи в течение 2 минут при максимальной мощности.

К столу подавать с хлебом, предварительно смазанным горчицей.

Совет. В данном рецепте сосиски можно заменить сардельками.

Блюда из рыбы

Во всех без исключения кухнях мира особое место занимают блюда из рыбы. Для снабжения организма всеми полезными веществами необходимо обязательно включать их в недельное меню, ведь рыба богата жирами, минералами, витаминами, жирными кислотами и белками. К тому же количество блюд из нее просто не поддается счету.

Самые распространенные рецепты приведены ниже.

Рыба в кляре

Компоненты

Рыба морская – 300 г, мука пшеничная – 4 столовые ложки, масло растительное – 2 столовые ложки, яйцо куриное – 1 шт., лимон – 1 шт., зелень укропа, зелень

кинзы, перец черный молотый, перец белый молотый, соль

Способ приготовления

Зелень укропа и кинзы помыть и измельчить. Из лимона выжать сок.

Рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, тщательно промыть и разрезать на небольшие куски. После этого вынуть кости и нарезать рыбу полосками. Посолить, поперчить, сбрызнуть лимонным соком и оставить на некоторое время.

Яйцо взбить миксером или венчиком, добавить муку, тщательно перемешать до исчезновения комочков.

В полученный кляр обмакнуть полоски рыбы, положить в специальную посуду, предварительно смазанную маслом, поместить в микроволновую печь и прогревать в течение 4–5 минут при максимальной мощности. Украсить зеленью петрушки и кинзы.

Рыба в красном вине

Компоненты

Рыба морская – 300 г, лук репчатый – 1 шт., лимон – 1/2 шт., вино красное – 2 столовые ложки, масло сливочное или маргарин – 2 столовые ложки, корень сельдерея, натертый на мелкой терке, – 1 чайная ложка, зелень петрушки измельченная – 2 столовые ложки, перец черный горошком, перец белый молотый, соль

Способ приготовления

Лук почистить и мелко нарезать. Из лимона выжать сок.

Рыбу очистить от чешуи и плавников, выпотрошить, промыть, нарезать кусками, сбрызнуть лимонным соком, посолить и поперчить по вкусу.

Половину кусков рыбы поместить в специальную посуду из огнеупорного материала, дно которой заранее смазать сливочным маслом или маргарином. Сверху посыпать натертым корнем сельдерея и измельченным репчатым луком, затем выложить оставшиеся куски, добавить перец горошком, полить растопленным сливочным маслом и вином и поместить в микроволновую печь. Запекать в течение 7–8 минут при максимальной мощности.

Перед подачей к столу украсить зеленью петрушки.

Рыба в белом вине

Компоненты

Рыба морская – 500 г, перец сладкий красный – 1 шт., перец сладкий желтый – 1 шт., лимон – 1/2 шт., лук репчатый – 3 шт., вино белое сухое – 3 столовые ложки, масло сливочное – 3 столовые ложки, зеленьбазилика измельченная – 2 столовые ложки, перец черный молотый, перец белый молотый, соль

Способ приготовления

Лук очистить и нарезать кольцами. У сладкого перца удалить плодоножку и семена, после чего нарезать его тонкими ломтиками. Из лимона выжать сок.

Красный сладкий перец положить в одну кастрюлю, желтый – в другую, лук – в третью. Добавить в кастрюли воду, посолить и поместить в микроволновую печь. Тушить перец в течение 2–3 минут на среднем уровне мощности, лук – не менее 5 минут.

Рыбу очистить от чешуи и плавников, выпотрошить, тщательно промыть холодной водой и нарезать на куски средней величины.

На дно специальной посуды из термоустойчивого материала положить предварительно размягченное сливочное масло и куски рыбы. После этого полить белым сухим вином и лимонным соком, посолить и поперчить по вкусу, накрыть листом фольги и запекать в микроволновой печи в течение 4–5 минут. Мощность должна быть на среднем уровне.

Готовую рыбу остудить прямо в фольге.

Красный и желтый сладкий перец отдельно друг от друга пропустить через мясорубку. В полученную кашицу добавить оставшийся от рыбы сок.

Перед подачей на стол куски рыбы положить на тарелки поверх пюре из красного перца. Сверху выложить пюре из желтого, украсить кольцами тушеного лука и базиликом.

Рыба в пиве

Компоненты

Рыба морская или речная – 500 г, пиво светлое – 1 1/2 стакана, масло растительное (желательно оливковое) – 2 столовые ложки, изюм без косточек – 1 столовая

ложка, зелень укропа и петрушки измельченная – 2 столовые ложки, лимон – 1 шт., перец белый молотый, перец черный горошком, соль

Способ приготовления

Лимон разрезать на две части и выжать сок.

Изюм без косточек перебрать, промыть, положить в отдельную посуду и залить горячей водой. Оставить примерно на полчаса в помещении с комнатной температурой.

Рыбу почистить, вынуть внутренности и отделить голову, плавники и хвост. Промыть водой, нарезать на небольшие куски, поперчить, посолить по вкусу, сбрызнуть лимонным соком и оставить мариноваться на 40–50 минут. Посуда с рыбой должна стоять в прохладном месте. После этого куски рыбы положить в специальную огнеупорную посуду, добавить перец горошком, лимонную цедру и изюм, полить пивом, смешанным с растительным маслом. Поместить в микроволновую печь и запекать в течение 10–15 минут при максимальной мощности.

Перед подачей на стол куски рыбы разложить по тарелкам, полить соусом и украсить изюмом и зеленью.

Рыба в панировке

Компоненты

Рыба морская или речная – 500 г, сухари панировочные – 3 столовые ложки, мука пшеничная – 5 столовых ложек, масло подсолнечное или оливковое – 2 столовые ложки, зелень петрушки и кинзы измельченная – 2 столовые ложки, лимон – 1 шт., перец черный молотый, перец белый молотый, соль

Способ приготовления

Из лимона выжать сок.

Рыбу почистить, удалить внутренности, голову, хвост и плавники, тщательно промыть и нарезать. Смешать в отдельной посуде сухари, соль, черный и белый молотый перец и муку. Куски рыбы сбрызнуть лимонным соком и обвалять в получившейся смеси. После этого полить растительным маслом и поместить в микроволновую печь. Обжаривать до получения золотистой корочки в течение 3 минут при максимальной мощности. Затем перевернуть рыбу на другую сторону и прогревать еще 3–4 минуты при той же мощности.

Перед подачей на стол украсить зеленью петрушки и кинзы.

Рыба в сметане

Компоненты

Рыба морская или речная – 500 г, помидоры – 4 шт., лук репчатый – 2 шт., стебель фенхеля – 2 шт., сметана высокой жирности – 4 столовые ложки, зелень укропа измельченная – 1 столовая ложка, перец белый молотый, соль

Способ приготовления

Лук репчатый почистить и нарезать кольцами. Помидоры нарезать кружками, фенхель – вдоль на две части.

Рыбу очистить от чешуи, удалить голову, хвост, плавники и внутренности, тщательно промыть и поделить на небольшие кусочки.

В специальную посуду из огнеупорного материала слоями выложить куски рыбы, лук, помидоры и фенхель. После этого посолить и поперчить по вкусу и добавить сметану. Запекать в микроволновой печи в течение 10–15 минут при средней мощности.

Перед подачей к столу готовое блюдо украсить фенхелем и укропом.

Рыба в молоке

Компоненты

Рыба морская – 500 г, молоко или нежирные сливки – 1 стакан, лук репчатый – 1 шт., базилик измельченный – 1 столовая ложка, перец черный горошком, перец черный молотый, перец белый молотый, соль

Способ приготовления

Лук очистить и нарезать тонкими колечками. Молоко прокипятить.

Очищенную, выпотрошенную и промытую рыбу нарезать кусками и посыпать перцем и солью.

В специальную посуду с высокими бортиками выложить часть лука, рыбу и перец горошком и налить молоко или сливки. Прогревать в микроволновой печи в течение 10–15 минут при средней мощности.

Перед тем как подать блюдо на стол, следует полить его

образовавшимся молочным соусом и украсить базиликом.

Рыба с каперсами

Компоненты

Рыба морская или речная – 500 г, вода – 3 стакана, лимон – 1/2 шт., лук репчатый – 1 шт., яйца куриные – 2 шт., лист лавровый – 2 шт., сметана или жирные сливки – 2 столовые ложки, масло сливочное – 3 столовые ложки, каперсы – 3 столовые ложки, листья мелиссы, перец черный горошком, перец черный молотый, перец белый молотый, соль

Способ приготовления

Из лимона выжать сок.

Лук репчатый очистить и измельчить в кухонном комбайне или натереть на мелкой терке. Яйца взбить миксером или венчиком до получения густой пены.

Рыбу очистить от чешуи, удалить внутренности, голову, плавники и хвост, вынуть кости, разрезать на небольшие куски и сбрызнуть лимонным соком.

В глубокую кастрюлю налить воду, поместить куски рыбного филе, лавровый лист и перец горошком, посолить и прогревать в микроволновой печи при максимальной мощности в течение 4–5 минут.

После этого филе вынуть, остудить, измельчить, смешать с луком, сливочным маслом, сметаной или сливками и 2 ложками каперсов. Затем посолить и поперчить по вкусу, влить бульон и взбитые яйца. Запекать в течение 5 минут, не понижая уровня мощности печи. Перед подачей на стол украсить оставшимися каперсами и листиками мелиссы.

Рыба с овощами и майонезом

Компоненты

Рыба морская – 400 г, сыр твердых сортов – 150 г, мука пшеничная – 4 столовые ложки, масло подсолнечное или оливковое – 4 столовые ложки, зелень укропа и петрушки измельченная – 2 столовые ложки, лимон – 1/2 шт., лук репчатый – 2 шт., морковь – 3 шт., майонез – 1/2 банки, листья шалфея, перец черный

молотый, перец белый молотый, соль

Способ приготовления

Выжать из лимона сок. Овощи очистить и нарезать (морковь измельчить, лук репчатый нашинковать) и обжаривать по отдельности в растительном масле в течение 3–5 минут при максимальной мощности. Рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, удалить голову, плавники и хвост, тщательно промыть в проточной холодной воде, удалить кости и нарезать по диагонали.

Куски рыбы полить лимонным соком, посолить и поперчить по вкусу. После этого обвалять в муке, поместить на дно специальной посуды, смазанное растительным маслом, и запекать в микроволновой печи при максимальной мощности в течение 5 минут. После истечения этого времени рыбу следует перевернуть на другую сторону и держать в микроволновке еще 5 минут.

В глубокую кастрюлю положить прожаренные куски рыбы, слоями выложить сверху лук, морковь, сыр и майонез и прогревать в печи 5–7 минут, не меняя уровня мощности.

Украсить листьями шалфея и зеленью укропа и петрушки.

Совет. В качестве гарнира к данному блюду подойдет картофельное пюре или отварной рис.

Рыба с картофелем и сливками

Компоненты

Рыба речная – 500 г, картофель – 3 шт., лимон – 1/2 шт., яйцо куриное – 1 шт., сливки нежирные – 1/2 стакана, масло сливочное или маргарин – 2 столовые ложки, масло растительное – 1 столовая ложка, сухари панировочные – 1 столовая ложка, листья мелиссы, листья эстрагона, перец черный молотый, перец белый молотый, соль

Способ приготовления

Картофель очистить от кожуры и нарезать тонкими ломтиками. Из лимона выжать сок. Сливки довести до кипения, остудить и смешать со взбитым в пену яйцом и молотым перцем.

Очищенную, выпотрошенную и промытую рыбу сбрызнуть лимонным соком, посолить, поперчить и положить на смазанный маслом или маргарином специальный поддон. Сверху выложить ломтики картофеля, залить яично-сливочной смесью, сбрызнуть растительным маслом и посыпать панировочными сухарями.

Поддон поместить в микроволновую печь и прогревать в течение 10–15 минут при максимальной мощности. Перед подачей на стол украсить листьями эстрагона и мелиссы.

Рыба с грибами и сыром

Компоненты

Рыба морская – 500 г, лимон – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., картофель – 2 шт., яйцо куриное – 1 шт., масло сливочное или маргарин – 4 столовые ложки, шампиньоны мелко нарезанные – 4 столовые ложки, сыр твердых сортов, натертый на крупной терке, – 2 столовые ложки, зелень укропа измельченная – 2 столовые ложки, сметана или нежирные сливки – 2 стакана, перец черный молотый, перец белый молотый, соль

Способ приготовления

Куриное яйцо сварить вкрутую, остудить, очистить и нарезать кружками. Из лимона выжать сок. Картофель и лук очистить и мелко нарезать. Шампиньоны сбрызнуть соком лимона.

Очищенную, выпотрошенную и промытую рыбу разделать на филе, сбрызнуть лимонным соком и посолить. Специальный поддон из термоустойчивого материала смазать сливочным маслом или маргарином и выложить на него рыбу. Запекать в микроволновой печи в течение 3–4 минут при максимальной мощности. По истечении этого времени рыбу перевернуть на другую сторону и держать в печи еще 3 минуты.

Дно отдельной посуды смазать сливочным маслом, положить грибы и лук и запекать в микроволновке в течение 5–7 минут, не понижая уровня мощности.

В другой кастрюле смешать сметану или сливки и молотый перец, положить куски рыбы, лук, грибы, картофель и яйцо. Затем посыпать сыром и запекать в печи не более 10 минут при той же мощности.

Вынимая готовую рыбу из посуды, надо стараться не повредить корочку сыра.

Перед подачей на стол куски рыбы разложить по тарелкам, полить сметанным соусом и украсить зеленью укропа.

Рыба с майонезом

Компоненты

Рыба морская – 300 г, лук репчатый небольшого размера – 2 шт., сыр твердых сортов, натертый на крупной терке, – 2 столовые ложки, майонез «Провансаль» – 1/2 стакана, листья базилика, перец белый молотый, соль

Способ приготовления

Репчатый лук почистить и нарезать тонкими кольцами.

Рыбу очистить от чешуи, удалить внутренности, голову, хвост, плавники и кости. Филе нарезать порционными кусками, хорошо посолить и поперчить. В кастрюлю положить слоями рыбу, лук, майонез и сыр. Прогревать в микроволновой печи в течение 10–14 минут при максимальной мощности.

Перед подачей на стол украсить листьями базилика.

Рыба с хреном

Компоненты

Рыба речная – 500 г, хлеб белый – 4 ломтика, яйцо куриное – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., молоко или нежирные сливки – 1/2 стакана, масло сливочное или маргарин – 1 столовая ложка, масло подсолнечное или оливковое – 1 столовая ложка, корень хрена, натертый на мелкой терке или измельченный в блендере, – 1 чайная ложка, зелень укропа и петрушки измельченная – 2 столовые ложки, листья мелиссы, перец черный молотый, перец белый молотый, соль

Способ приготовления

Лук очистить, нарезать и пассеровать в сливочном масле или маргарине. Ломтики хлеба вымочить в кипяченом молоке или сливках.

Рыбу почистить, срезать плавники и выпотрошить, не разрезая брюхо. После этого сделать надрез на спинке, удалить хребтовую кость и срезать мякоть.

Срезанную мякоть и пережаренный лук пропустить через мясорубку, добавить к получившемуся фаршу ломтики хлеба, яйцо, посолить и поперчить по вкусу, тщательно перемешать и нафаршировать рыбу.

Растительным маслом смазать специальный поддон из огнеупорного материала, выложить рыбу и поместить в микроволновую печь. Запекать в течение 10–12 минут при максимальной мощности.

После того как у рыбы образуется золотистая корочка, смазать хреном, сбрызнуть соком, который остался после запекания, и украсить зеленью укропа, петрушки и листьями мелиссы.

Рыба с чесноком

Компоненты

Рыба речная – 300 г, чеснок – 1 зубчик, вино белое – 2 столовые ложки, масло оливковое – 2 столовые ложки, масло сливочное – 1 чайная ложка, листья базилика, перец белый молотый, соль

Способ приготовления

Чеснок очистить и пропустить через чеснокодавилку.

Рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, удалить плавники, хвост и голову, хорошо помыть и натереть солью (снаружи и внутри). После этого оставить на 1,5–2 часа.

По истечении времени смазать чесночным пюре внутреннюю сторону брюха рыбы. Наружную часть смазать оливковым маслом и поперчить.

В специальную посуду из термоустойчивого материала положить сливочное масло, растопить его и выложить рыбу. Сбрызнуть белым вином и готовить в микроволновой печи в течение 5–7 минут при максимальной мощности.

Перед тем как подать рыбу к столу, можно украсить ее листьями базилика.

Рыба с хересом

Компоненты

Рыба речная мелкая – 500 г, масло сливочное или маргарин – 2 столовые ложки, вино сухое белое (херес) – 4 столовые ложки, вода – 2 стакана, зелень базилика и укропа измельченная – 2 столовые ложки, лимон – 1/2 шт., бульон рыбный – 1 кубик, листья мелиссы, перец черный молотый, перец белый молотый, соль

Способ приготовления

Из лимона выжать сок. Из кубика и воды приготовить бульон.

Сливочное масло или маргарин растопить в кастрюле,

добавить вино, лимонный сок, базилик и укроп. Тщательно перемешанную смесь поставить в микроволновую печь и прогревать в течение 1–1,5 минуты. Мощность должна быть на среднем уровне.

Рыбу очистить, выпотрошить, промыть и натереть солью и перцем. После этого добавить в кастрюлю с приготовленной смесью, залить бульоном и оставить в печи на 2–3 минуты. Затем перевернуть рыбу на другую сторону и держать в микроволновке еще 2–3 минуты.

Украсить листьями мелиссы.

Рыба с зеленым горошком и грибами

Компоненты

Рыба морская – 300 г, шампиньоны – 200 г, бульон грибной – 1 кубик, вода – 1 стакан, лук репчатый – 1 шт., горошек зеленый консервированный – 1/2 банки, вино белое – 2 столовые ложки, сливки нежирные – 2 столовые ложки, зелень укропа, петрушки и базилика измельченная – 2 столовые ложки, перец черный молотый, перец белый молотый, соль

Способ приготовления

Грибы промыть и измельчить. Репчатый лук очистить и нарезать мелкими кубиками.

Из кубика и кипяченой холодной воды приготовить грибной бульон. Сливки прокипятить и остудить. Рыбу очистить, промыть, освободить от костей.

В кастрюле перемешать грибы, лук, зеленый консервированный горошек, соль, перец, грибной бульон и сливки. Все тщательно перемешать и поместить в микроволновую печь. Тушить при максимальной мощности в течение 3–5 минут. После этого вынуть кастрюлю, еще раз перемешать содержимое и оставить в печи еще на 2 минуты, сохранив мощность на том же уровне.

На полученную массу выложить куски рыбного филе, налить вино и прогревать в микроволновке в течение 8 минут, снизив уровень мощности до среднего.

Перед подачей на стол блюдо украсить зеленью петрушки, укропа и базилика.

Рыба отварная с овощами

Компоненты

Рыба морская – 500 г, корень петрушки – 1 шт., корень сельдерея – 1 шт., морковь – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., лист лавровый – 1 шт., лимон – 1/2 шт., вода – 3 стакана, листья базилика, перец черный горошком, соль

Способ приготовления

Лимон разрезать на две части вдоль и выжать сок. Овощи и коренья промыть, почистить и нарезать (морковь – на 3 части, лук – кольцами, корни петрушки и сельдерея измельчить).

Очищенную, выпотрошенную и вымытую рыбу нарезать небольшими порционными кусками, посыпать солью, сбрызнуть лимонным соком и оставить на 1–2 часа.

В глубокую кастрюлю положить овощи и коренья, добавить перец, лавровый лист и воду и поставить в микроволновую печь. Прогревать в течение 10 минут при максимальной мощности.

В готовый бульон добавить куски рыбы и снова поместить в печь на 10–12 минут. Мощность должна оставаться на том же уровне.

Перед подачей к столу рыбу разложить по тарелкам, залить бульоном и украсить базиликом.

Рыба, запеченная в «пачке»

Компоненты

Рыба морская или речная – 300 г, морковь среднего размера – 1 шт., лук репчатый – 2 шт., лимон – 1 шт., масло сливочное или маргарин – 1 столовая ложка, зелень петрушки измельченная – 1 столовая ложка, зелень укропа измельченная – 1 столовая ложка, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Морковь очистить и натереть на крупной терке. Лук нарезать тонкими кольцами. Из лимона выжать сок.

В отдельной посуде на медленном огне растопить сливочное масло и смешать его с черным молотым перцем и солью.

Рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, удалить голову, плавники и хвост, тщательно промыть под проточной водой, нарезать небольшими кусками и удалить кости.

На специальный поддон из огнеупорного материала поместить лист пергаментной бумаги. На него выложить рыбное

филе таким образом, чтобы оно занимало только половину бумаги. Сверху выложить морковь и лук, сбрызнуть лимонным соком и предварительно приготовленной из масла с перцем заливкой. После этого посыпать зеленью петрушки и укропа, а свободной половиной пергамента накрыть рыбу, защипнув края.

Поддон поместить в микроволновую печь, где запекать в течение 5–7 минут при максимальной мощности.

Рыба, фаршированная овощами

Компоненты

Рыба речная – 500 г, морковь – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., свекла небольшого размера – 1 шт., белок – 1 шт., хлеб пшеничный черствый – 2 ломтика, пудра сахарная – 1/2 чайной ложки, масло подсолнечное или оливковое – 1 столовая ложка, базилик измельченный – 1 столовая ложка, петрушка измельченная – 1 столовая ложка, перец белый молотый, соль

Способ приготовления

Морковь, свеклу и лук очистить. Морковь натереть на крупной терке. Свеклу нарезать тонкими кружками. Хлеб замочить в воде. Яичный белок взбить венчиком.

Рыбу очистить, удалить голову, плавники и хвост и выпотрошить, не разрезая брюшко. После этого промыть и отрезать со спинки немного мякоти. Этот кусочек пропустить через мясорубку вместе с ломтиками хлеба и репчатым луком.

Тщательно перемешать, добавить сахарную пудру, растительное масло, яичный белок, морковь. Посолить и поперчить по вкусу.

Полученный фарш поместить в рыбу. Сверху накрыть ломтиками свеклы, посыпать базиликом и петрушкой и запекать в микроволновой печи в течение 10 минут при максимальной мощности.

Рыба, приготовленная в горшочке со сливками

Компоненты

Рыба морская – 500 г, лук репчатый – 2 шт., лимон – 1/2 шт., мука пшеничная – 3 столовые ложки, масло сливочное – 2 столовые ложки, зелень укропа

измельченная – 2 столовые ложки, сливки нежирные – 2 стакана, листья базилика, перец черный молотый, перец белый молотый, соль

Способ приготовления

Из лимона выжать сок. Лук очистить, измельчить, положить в специальную, смазанную сливочным маслом посуду, поместить в микроволновую печь и пассеровать в течение 2–3 минут при максимальной мощности.

У очищенной, выпотрошенной и промытой рыбы удалить кости. Разрезать филе на куски, сбрызнуть лимонным соком, обвалять в муке, посолить и поместить в посуду с низкими бортиками. Запекать при максимальной мощности в течение 4 минут. После этого перевернуть куски филе на другую сторону и держать в печи еще 4 минуты.

В глиняный горшочек выложить слоями рыбу, лук, черный и белый молотый перец и зелень укропа. Укладывать продукты в такой же последовательности. Затем залить сливками, украсить листьями базилика и оставить в микроволновке на 5–8 минут. Мощность при этом должна оставаться максимальной.

Рыба, обжаренная в сливочном масле

Компоненты

Рыба морская – 500 г, лимон – 1/2 шт., масло сливочное – 2 столовые ложки, перец черный горошком, соль

Способ приготовления

Выжать сок из лимона. Заранее очищенную, выпотрошенную, промытую и нарезанную небольшими кусками рыбу сбрызнуть лимонным соком, посолить, смазать сливочным маслом, добавить перец горошком и поместить в микроволновую печь. Запекать в течение 3–4 минут при максимальной мощности. После этого кусочки необходимо перевернуть на другую сторону и оставить в печи еще на 2–3 минуты при той же мощности.

Совет. К столу желательно подать с гарниром из картофельного пюре или риса.

Рыба под сырным соусом

Компоненты

Рыба речная – 500 г, желток – 1 шт., вода – 1/2 стакана, сливки нежирные – 4 столовые ложки, сыр твердых сортов, натертый на средней терке, – 1 столовая ложка, мука пшеничная – 1 столовая ложка, масло сливочное – 2 столовые ложки, зелень укропа и петрушки измельченная – 2 столовые ложки, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

В первую очередь необходимо приготовить сырный соус. Для этого следует взбить яичный желток (миксером или венчиком), добавить к нему натертый сыр, просеянную муку, размягченное масло и прокипяченные и остуженные сливки.

У очищенной, выпотрошенной, промытой и нарезанной на порционные куски рыбы удалить кости. Куски филе посыпать перцем и солью, положить в кастрюлю и залить горячей, но не кипящей водой.

После этого поместить в микроволновую печь на 5–7 минут. Мощность должна быть максимальной.

Тушеное рыбное филе залить соусом и оставить в микроволновке еще на 6–8 минут, снизив уровень мощности до среднего.

Перед подачей на стол готовое блюдо украсить зеленью укропа и петрушки.

Рыба «Пряная»

Компоненты

Рыба морская – 500 г, вода – 1 стакан, зелень укропа и петрушки измельченная – 1 столовая ложка, перец черный горошком, лист лавровый – 2 шт., соль

Способ приготовления

Рыбу очистить от чешуи, удалить внутренности, голову, хвост и плавники, хорошо промыть и нарезать небольшими кусочками.

В глубокую кастрюлю положить куски рыбы, посолить, добавить лавровый лист и перец, налить воду и поместить в микроволновую печь на 3–5 минут. Мощность должна быть максимальной.

После этого блюдо можно подавать к столу, украсив зеленью укропа и петрушки.

Рыба по-гречески

Компоненты

Филе морской рыбы – 500 г, лимон – 1/2 шт., лук репчатый – 1 шт., чеснок – 2 зубчика, помидоры-черри – 2–3 шт., масло растительное – 2 столовые ложки, зелень укропа, петрушки и кинзы измельченная – 2 столовые ложки, перец белый молотый, соль

Способ приготовления

Из лимона выжать сок. Чеснок очистить и пропустить через чеснокодавилку. Лук измельчить. Перемешать зелень укропа, кинзы и петрушки с луком и чесноком, добавить растительное масло, положить в кастрюлю, накрыть крышкой и прогревать в микроволновой печи в течение 3–5 минут.

После этого в кастрюлю выложить куски рыбного филе, полить их лимонным соком, посолить и поперчить, добавить помидоры-черри, накрыть крышкой с отверстием для выхода пара и готовить в печи в течение 5–7 минут при максимальной мощности.

Совет. В данном рецепте помидоры-черри можно заменить обычными консервированными.

Рыба по-французски

Компоненты

Камбала – 300 г, лук репчатый – 2 шт., сметана – 2 столовые ложки, масло сливочное – 1 столовая ложка, мука пшеничная – 2 столовые ложки, лук зеленый измельченный – 1 столовая ложка, зелень укропа и петрушки измельченная – 2 столовые ложки, грибы – 200 г, перец черный горошком, перец белый молотый, соль

Способ приготовления

Грибы промыть и измельчить. Репчатый лук очистить и нарезать мелкими кубиками.

В кастрюлю поместить сливочное масло, растопить его и добавить грибы и лук. Поместить в микроволновую печь и прогревать в течение 2–3 минут. После этого грибы вынуть и посыпать солью и белым молотым перцем. Добавить муку и

сметану, тщательно перемешать до исчезновения комочков и оставить в микроволновой печи еще на 30–60 секунд.

У рыбы удалить хвост, плавники и голову, промыть ее, нарезать небольшими порционными кусками, посолить, поперчить по вкусу и поместить на специальную посуду из огнеупорного материала. Сверху полить приготовленным из грибов и лука соусом, добавить перец горошком и запекать в микроволновке 5–7 минут при максимальной мощности.

Перед подачей на стол блюдо украсить зеленым луком, укропом и петрушкой.

Рыбный пудинг

Компоненты

Рыба морская – 1 кг, хлеб пшеничный – 5–6 ломтиков, желток – 2 шт., сливки нежирные или молоко – 2 стакана, масло сливочное – 2 столовые ложки, зелень укропа измельченная – 2 столовые ложки, перец белый молотый, соль

Способ приготовления

Яичные желтки растереть венчиком. Рыбу очистить от чешуи, удалить внутренности, хвост, кости, голову и плавники, нарезать и прокрутить через мясорубку, добавив хлеб.

В полученный фарш налить 1 стакан сливок или молока, яичные желтки, посолить, поперчить по вкусу и тщательно перемешать. Затем добавить еще 1 стакан сливок.

Дно специальной посуды с низкими бортиками смазать сливочным маслом и выложить туда полученную массу. Накрыть листом промасленной бумаги и крышкой с отверстием для выхода пара. Прогревать в микроволновой печи в течение 5–7 минут при средней мощности. Если пудинг легко отделяется от стенок посуды, значит, он готов. Перед подачей на стол пудинг разложить по тарелкам и украсить зеленью укропа.

Рыбный галантин

Компоненты

Рыба речная – 1 кг, лук репчатый – 2 шт., морковь – 2 шт., яйца куриные – 3 шт., хлеб пшеничный – 4 ломтика, вода кипяченая – 5 стаканов, масло сливочное

– 5 столовых ложек, сливки нежирные или молоко – 1/2 стакана, листья эстрагона измельченные – 1 столовая ложка, перец черный горошком, перец черный молотый, перец красный молотый, соль

Способ приготовления

Морковь и лук очистить и нарезать (морковь – на несколько частей, 1 луковицу – пополам, другую измельчить). Ломтики хлеба замочить в сливках или молоке. Измельченный лук обжарить в сливочном масле. 2 яйца сварить вкрутую, остудить, очистить и нарезать тонкими кружками. 1 яйцо взбить венчиком или миксером до получения пены.

Рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, удалить плавники, хвост, голову и кости, тщательно промыть в холодной воде и нарезать на небольшие куски.

В глубокую кастрюлю налить воду, положить разрезанную пополам луковицу, морковь, хвост, плавники, голову и черный перец горошком. Посолить и варить в микроволновой печи при максимальной мощности в течение 5 минут. Процедить.

После этого часть рыбы отбить кулинарным молоточком. Из оставшегося филе приготовить фарш, пропустив через мясорубку с хлебом и обжаренным луком. Полученную массу посолить, поперчить, добавить сливки или молоко и взбитое яйцо и тщательно перемешать.

Взять влажное полотняное полотенце, в его середину поместить слоями размягченное сливочное масло, филе рыбы, рыбный фарш и кружки яиц. Свернуть в рулетики, перевязать ниткой.

Ранее приготовленный рыбный бульон довести в микроволновой печи до кипения и поместить туда рулеты. Варить в течение 10–15 минут при максимальной мощности.

После этого придавить рулеты прессом, не вынимая из кастрюли, и остудить. Затем развернуть полотенце и развязать нитки.

Подавать к столу, предварительно украсив листьями эстрагона.

Овощные блюда

Для того чтобы готовить овощные блюда в микроволновой печи, нужно запомнить несколько несложных рекомендаций.

1. Использовать посуду с прямыми стенками и отверстием в крышке.

2. Если готовятся овощи в кожуре, то нужно аккуратно

проткнуть ее вилкой или сделать небольшой надрез ножом.

3. Воды следует добавлять очень немного и по необходимости.

4. Солить данные блюда нужно в конце приготовления, потому что соль делает овощи жесткими.

5. В СВЧ-печи можно готовить и свежезамороженные овощи. Для этого необходимо выложить их в посуду, добавить небольшое количество воды и прогреть на максимальной мощности.

6. В микроволновке можно сушить зелень. Сырье нужно поместить между двумя бумажными салфетками, рядом поставить стакан с водой и включить аппарат на полную мощность на 3 минуты. За процессом нужен постоянный контроль, т. е. вода не должна полностью выкипеть, а зелень – подгореть.

Картофель со сметаной

Компоненты

Картофель запеченный – 4 шт., масло сливочное – 4 столовые ложки, сметана – 4 столовые ложки, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

С предварительно запеченных картофелин срезать верхушки и сделать аккуратные углубления. Удаленную картофельную мякоть растереть со сливочным маслом и сметаной, добавить черный молотый перец и соль и перемешать до однородного состояния.

После этого полученную массу разложить по картофелинам с углублениями и, поместив на противень, поставить в печь. Прогревать при полной мощности в течение 1–2 минут.

Картофель с яблоками

Компоненты

Картофель – 6 шт., яблоки – 4–5 шт., лук репчатый – 1 шт., сало свиное соленое – 1 небольшой кусочек, вода – 1/2 стакана, соль

Способ приготовления

Картофель очистить, порубить кубиками, выложить в посуду,

добавить воду и варить, плотно закрыв крышкой, при максимальной мощности 4–5 минут.

После этого помешать, добавить соль и выдержать при той же мощности еще 2 минуты.

Яблоки очистить от семян, нарезать дольками и добавить в посуду с картофелем. Тушить под крышкой при средней мощности 5 минут.

В отдельной посуде соединить очищенный и нарезанный тонкими кольцами репчатый лук и нарезанное кубиками соленое свиное сало. Не закрывая посуду крышкой, прогревать при максимальной мощности 5–6 минут.

Полученную смесь выложить на картофель с яблоками и подать к столу.

Картофель с помидорами и сыром

Компоненты

Картофель – 6 шт., помидоры – 2 шт., сыр натертый – 4 столовые ложки, лук репчатый измельченный – 4 столовые ложки, маслосливочное – 3 столовые ложки, мука – 2 столовые ложки, вода – 1/2 стакана, перец черный молотый, паприка, соль

Способ приготовления

Соединить в посуде измельченный лук и сливочное масло, поместить в микроволновку и прогревать при полной мощности в течение 1 минуты.

В отдельной посуде перемешать нарезанные помидоры, муку, соль, черный молотый перец, паприку и воду. Полученную смесь добавить к луку и тушить при средней мощности примерно 3 минуты, пока смесь не загустеет.

После этого добавить в посуду нарезанный тонкими ломтиками картофель, закрыть посуду крышкой и готовить при полной мощности в течение 10–12 минут.

Готовое блюдо посыпать натертым сыром и дать настояться в течение 3–5 минут.

Картофель по-ковбойски

Компоненты

Картофель – 10 шт., маргарин – 3 столовые ложки,

орешки кешью – 50 шт., зелень базилика свежая – 1 пучок, сыр мягких сортов с плесенью – 150 г, яйца свежие – 2 шт., перец черный молотый, карри, соль

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить от кожуры, нарезать тонкими ломтиками или соломкой и обжарить на маргарине на обычной плите, посолить, всыпать черный молотый перец и карри.

Форму смазать маргарином, выложить в нее картофель, измельченную блендером зелень базилика и перемешать.

В отдельной посуде взбить яйца, вылить их на картофель, сверху положить нарезанный кубиками сыр и посыпать измельченными орешками кешью. Запекать при средней мощности 4–5 минут.

Морковь со сметанным соусом

Компоненты

Морковь – 6 шт., лук репчатый – 1 шт., сахар – 1 столовая ложка, сметана – 4 столовые ложки, мука – 2 столовые ложки, вода – 3/4 стакана, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Морковь вымыть, почистить и натереть на крупной терке. Лук очистить и нарезать кольцами. Поместить морковь и лук в посуду, добавить сахар, соль и перец.

В отдельной посуде смешать сметану, муку и воду. Прогревать в печи при средней мощности 2–3 минуты.

Морковь с луком залить полученным соусом, хорошо перемешать и тушить под закрытой крышкой при той же мощности 5–7 минут.

Овощная смесь по-гречески

Компоненты

Кабачок небольшого размера – 1 шт., баклажаны – 2 шт., картофель – 5 шт., перцы сладкие – 2 шт., помидоры – 5 шт., масло растительное – 4–5 столовых ложек, лук репчатый – 1 шт., зелень петрушки свежая – 1 пучок, перец черный молотый, перец белый молотый, соль

Способ приготовления

Овощи вымыть, почистить и нарезать мелкими кубиками. Положить их в посуду, посолить, поперчить, перемешать, залить растительным маслом и посыпать измельченной зеленью петрушки.

Посуду закрыть крышкой и поставить в печь. Тушить при полной мощности 6–8 минут. После этого снять крышку и тушить еще при средней мощности 2–3 минуты.

Капуста с луком и сметаной

Компоненты

Капуста белокочанная – 1 кочан небольшого размера, лук репчатый – 2 шт., паста томатная – 2 столовые ложки, сметана – 4–6 столовых ложек, масло растительное – 3 столовые ложки, лист лавровый, соль

Способ приготовления

С капусты снять верхние листья, тонко нашинковать, посолить и перетереть ее руками до появления сока. В посуду поместить капусту, очищенный и нарезанный кольцами лук, добавить масло, плотно закрыть крышкой с отверстием. Поставить посуду в печь и прогревать на максимальной мощности в течение 10 минут.

После этого положить лавровый лист, томатную пасту и сметану. Тушить еще 2 минуты при средней мощности.

Цветная капуста с горчицей и сыром

Компоненты

Капуста цветная – 1 кочан, горчица – 3 чайные ложки, майонез – 1/2 банки, лук репчатый мелко нарезанный – 2 столовые ложки, сыр натертый острых сортов – 6 столовых ложек, соль

Способ приготовления

В посуду поместить целиком кочан цветной капусты, влить немного воды и поставить в печь. Тушить под закрытой крышкой при максимальной мощности в течение 10 минут.

В отдельной кастрюле смешать горчицу, майонез, лук и соль. Полученную массу вылить сверху на капусту, посыпать натертым

сыром и прогревать при средней мощности еще 3 минуты.

Кабачки с миндалем и изюмом

Компоненты

Кабачки небольшого размера – 2 шт., молоко – 5 столовых ложек, сыр натертый – 4 столовые ложки, масло оливковое – 2 столовые ложки, миндаль измельченный – 4 столовые ложки, изюм – 4 столовые ложки, желтки яичные – 3 шт., перец черный молотый, имбирь молотый, гвоздика молотая, порошок корицы, соль

Способ приготовления

Кабачки разрезать вдоль на две половинки, вынуть семечки, посыпать имбирем, гвоздикой, корицей, перцем, посолить и поместить на холод на 40 минут.

Миндаль смешать с молоком, яичными желтками и изюмом. Полученной смесью наполнить подготовленные кабачки, положить в посуду, полить оливковым маслом и добавить немного воды.

Готовить на максимальной мощности в течение 15 минут. Посыпать сыром.

Совет. В данном рецепте вместо кабачков можно использовать цуккини.

Цветная капуста с зеленью

Компоненты

Капуста цветная – 1 кочан небольшого размера, половина бульонного кубика, лук репчатый – 1 шт., зелень сельдерея измельченная – 2 столовые ложки, зелень петрушки измельченная – 1 столовая ложка, масло сливочное – 2 столовые ложки, крахмал – 2 чайные ложки, соус соевый – 1 столовая ложка, вода горячая – 1/2 стакана, перец черный молотый,

Способ приготовления

Цветную капусту разделить на соцветия, положить в посуду с небольшим количеством воды и варить 6 минут при максимальной мощности.

В отдельную емкость поместить измельченную зелень, лук, масло и прогревать на полной мощности примерно 4 минуты, время от времени помешивая.

Бульонный кубик развести в горячей воде, добавить крахмал, перец, тушеную зелень и перемешать.

Готовую капусту выложить на блюдо вместе с зеленью и полить соевым соусом.

Овощи с пряностями

Компоненты

Капуста белокочанная – 1 небольшой кочан, картофель – 4–6 шт., лук репчатый – 3 шт., масло растительное – 3 столовые ложки, томатная паста – 4 столовые ложки, вода – 1/2 стакана, гвоздички – 3–4 шт., лист лавровый, перец красный молотый, карри, соль

Способ приготовления

Репчатый лук очистить, нарезать кольцами, залить водой и тушить на максимальной мощности 2 минуты. После этого добавить карри и прогревать при той же мощности еще 40 секунд. Капусту нашинковать.

Добавить в кастрюлю с луком гвоздику, красный молотый перец, лавровый лист, нашинкованную капусту, растительное масло, закрыть крышкой и тушить 4 минуты при закрытой крышке на максимальной мощности. Затем добавить нарезанный кубиками картофель, соль, томатную пасту и тушить на средней мощности 8 – 10 минут.

Перед подачей на стол удалить из кастрюли лист лавровый и гвоздику.

Фаршированные помидоры

Компоненты

Помидоры – 4 шт., хлеб белый – 4 ломтя, сыр натертый – 1/2 стакана, зелень петрушки измельченная – 2 столовые ложки, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Помидоры вымыть, обсушить, осторожно срезать с них верхнюю часть, удалить мякоть. Помидорную мякоть смешать с

раскрошенным хлебом, натертым сыром, зеленью, перцем и солью. Хорошо перетереть.

Полученной массой заполнить помидоры, выложить на смазанное маслом блюдо и запекать в печи при максимальной мощности в течение 8 минут. После этого убавьте мощность до минимальной и прогрейте фаршированные помидоры еще 3 минуты.

Овощное рагу с пряностями

Компоненты

Помидоры – 2–3 шт., кабачок небольшого размера, чеснок – 2 зубчика, масло растительное – 2 столовые ложки, гвоздички – 2 шт., имбирьмолотый, перец красный молотый, карри, соль

Способ приготовления

Чеснок пропустить через чеснокодавилку, положить в кастрюлю, влить растительное масло, закрыть крышкой и прогревать на полной мощности 1,5–2 минуты.

Кабачок очистить, удалить сердцевину, нарезать кружками и положить в кастрюлю с чесноком. Добавить пряности, посолить.

Помидоры ошпарить кипятком, облить холодной водой и снять с них кожицу. Разрезать каждый на дольки и добавить в кастрюлю. Прогревать на малой мощности 30 секунд.

Лук запеченный с орехами

Компоненты

Лук репчатый – 4 шт., чеснок – 2 зубчика, ядра грецких орехов измельченные – 3 столовые ложки, вода – 2 столовые ложки, зеленькинзы измельченная, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Репчатый лук неочищенный положить на специальную тарелку и запекать в течение 8-10 минут при максимальной мощности.

Измельченные орехи растереть с водой, чесноком, измельченной зеленью кинзы. Затем посолить, поперчить.

Перед подачей на стол луковицы очистить, полить их

полученным соусом.

Помидоры, фаршированные ветчиной, с вином

Компоненты

Помидоры спелые красные – 4 шт., ветчина – 150 г, сливки – 4 столовые ложки, яйца свежие – 4 шт., масло сливочное – 2 столовые ложки, вино сухое белое – 4 столовые ложки, сухари панировочные – 4 столовые ложки, сок лимонный – 1 столовая ложка, соль

Способ приготовления

Аккуратно срезать с помидоров верхушку, вынуть мякоть, размять ее и смешать с солью. Соединить в подходящей посуде мякоть помидоров, нарезанную мелкими кубиками ветчину, сливки, панировочные сухари и предварительно взбитые с лимонным соком яичные белки. После этого осторожно добавить взбитые яичные желтки.

Полученной массой заполнить подготовленные помидоры и уложить их на смазанную маслом форму. Полить помидоры вином и поместить в печь. Тушить их при максимальной мощности в течение 5 минут.

Свекла со сметаной

Компоненты

Свеклы небольшого размера – 4 шт., лук репчатый – 1 шт., мука – 1 столовая ложка, масло растительное – 2 столовые ложки, сметана – 1/2 стакана, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Свеклу вымыть, поместить на противень и запекать в микроволновке при максимальной мощности в течение 5 минут. Снять со свеклы кожицу, нарезать небольшими кубиками, положить в кастрюлю, добавить мелко нарезанный лук, масло, перец, соль. Прогревать в печи при той же мощности еще 2 минуты.

Муку смешать со сметаной и тщательно растереть до исчезновения комочков. Полученным соусом заправить свеклу и тушить еще 3 минуты при средней мощности.

Запеченный зеленый лук

Компоненты

Лук зеленый – 2 пучка, масло растительное – 1 столовая ложка, сок лимонный – 1 столовая ложка (можно несколько ломтиков лимона), сельдерей – 1 корень, вода – 3 столовые ложки, перец черный горошком – 2–3 шт., кориандр, лист лавровый, соль

Способ приготовления

Измельчить зеленый лук и корень сельдерея, залить маслом, лимонным соком (или добавить ломтики лимона), водой. Добавить пряности, перемешать, закрыть крышкой. Тушить в печи на максимальной мощности в течение 8 минут.

Фаршированная репа

Компоненты

Репки небольшого размера – 4 шт., масло сливочное – 2 столовые ложки, сахар – 1 чайная ложка, каша манная, заранее сваренная, – 4 столовые ложки, соль

Способ приготовления

Репы вымыть и запекать в печи на полной мощности в течение 6–7 минут. Вынуть из печи и остудить. Аккуратно срезать верхушки, удалить при помощи ложки мякоть, смешать ее с манной кашей, маслом, сахаром, солью.

Полученной смесью заполнить репы, накрыть срезанными верхушками, поместить в микроволновку и прогревать в течение 5 минут при средней мощности.

Шпинат с корицей

Компоненты

Шпинат замороженный – 400 г, масло сливочное – 1 столовая ложка, лук репчатый – 1 шт., мука – 2 столовые ложки, сметана – 1 стакан, корица, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Шпинат измельчить, положить в кастрюлю, добавить очищенный и измельченный лук, сливочное масло. Прогревать в печи на средней мощности 5–7 минут.

После этого всыпать муку, добавить сметану, специи, посолить, хорошо перемешать. Готовить на максимальной мощности 5 минут.

Фаршированные шляпки грибов

Компоненты

Грибы – 300 г, ядра грецких орехов – 1/2 стакана, сыр натертый – 2 столовые ложки, сухари растолченные – 1 столовая ложка, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Грибы промыть, ножки отрезать и измельчить. Полученную массу поместить в кастрюлю и прогревать в печи при средней мощности в течение 3 минут. После этого добавить измельченные орехи, сыр, сухари, перец, соль и хорошо перемешать. Этой смесью нафаршировать шляпки грибов.

На противень постелить бумажную салфетку, выложить нафаршированные шляпки (причем мелкие шляпки нужно класть в центре, а крупные – по краям). Прогревать при максимальной мощности 3 минуты.

Грибы с сыром и чесноком

Компоненты

Грибы – 300 г, масло сливочное – 2 столовые ложки, лук репчатый – 1 шт., чеснок – 2 зубчика, хлеб белый свежий – 1 кусок, сыр натертый – 2 столовые ложки, укроп – 1 пучок, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Грибы вымыть, очистить и отрезать ножки. Ножки грибов, очищенные лук и чеснок мелко порубить. В кастрюле растопить сливочное масло, добавить к нему раскрошенный хлеб и грибную смесь, посолить, поперчить, перемешать. Прогревать в печи на максимальной мощности 3 минуты.

Полученным фаршем наполнить шляпки грибов и готовить их в микроволновке при той же мощности 4 минуты. После этого

посыпать ножки натертым сыром и поставить еще на 1 минуту в печь.

Подавая на стол, посыпать измельченной зеленью укропа.

Грибы со сладким перцем

Компоненты

Грибы – 300 г, перец сладкий красный – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., сметана – 1/2 стакана, масло растительное – 1 столовая ложка, перец черный молотый, зелень укропа измельченная, соль

Способ приготовления

Грибы нарезать мелкими кубиками и положить в кастрюлю. Лук и перец очистить и нарезать кольцами, добавить к грибам. Влить растительное масло, положить сметану, черный молотый перец и соль.

Хорошо перемешать и поставить в микроволновку. Прогревать под плотно закрытой крышкой на полной мощности в течение 8–9 минут. Посыпать зеленью.

Грибы с картофелем

Компоненты

Грибы – 200 г, картофель – 4 шт., лук репчатый – 1 шт., масло растительное – 1 столовая ложка, сметана – 1 столовая ложка, вода – 2 столовые ложки, укроп – 1 пучок, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Грибы вымыть, очистить и измельчить; картофель очистить и нарезать мелкими кубиками, лук – колечками. Подготовленные овощи и грибы поместить в посуду, добавить масло, перец, соль, перемешать. Тушить в микроволновке на полной мощности 5 минут.

После этого помешать, влить воду, закрыть посуду крышкой и тушить еще 5 минут при той же мощности. Затем добавить сметану и, не перемешивая, готовить 8 минут на средней мощности.

При подаче на стол посыпать мелко нарезанной зеленью укропа.

Грибы с ветчиной и имбирем

Компоненты

Грибы – 300 г, ветчина – 100 г, лук репчатый – 1 шт., масло сливочное – 1 столовая ложка, имбирь – 1/2 чайной ложки, зелень укропа измельченная – 1 столовая ложка, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Грибы почистить и измельчить, лук нарезать кольцами, ветчину – соломкой. В кастрюлю положить лук, добавить сливочное масло и прогревать 3 минуты при максимальной мощности. Затем положить грибы, имбирь, черный молотый перец, соль. Закрыть крышкой и тушить 5–7 минут при максимальной мощности.

После этого добавить ветчину, перемешать и прогревать еще 3 минуты на средней мощности.

Подавая на стол, посыпать зеленью укропа.

Голубцы с грибами и морковью

Компоненты

Грибы – 200 г, капуста – 1 кочан, морковь – 1 шт., сметана – 1/2 стакана, лук репчатый – 1 шт., сок томатный – 1 стакан, зелень укропа измельченная – 1 столовая ложка, перец красный молотый, соль

Способ приготовления

Капустный кочан целиком поместить в кастрюлю и поставить в печь на 5 минут при максимальной мощности. После этого снять большие листья, а оставшуюся часть мелко нарезать. Лук и грибы почистить и измельчить, морковь натереть на терке.

Положить в кастрюлю лук, грибы, 1 столовую ложку сметаны и прогревать при полной мощности до загустения. Добавить морковь, капусту, перец, соль и перемешать. Прогревать в печи при полной мощности 3 минуты.

Полученный фарш завернуть в капустные листья и поместить голубцы в кастрюлю, влить оставшуюся сметану, томатный сок и закрыть крышкой. Прогревать в течение 10 минут при максимальной мощности.

Подать к столу с измельченной зеленью укропа.

Шпинат с белым вином

Компоненты

Шпинат – 400 г, желток яичный – 1 шт., вино белое – 1/2 стакана, орех мускатный, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Шпинат измельчить и тушить при закрытой крышке на полной мощности печи в течение 6–7 минут. После этого шпинат протереть через крупное металлическое решето, добавить вино, специи и посолить.

Блюдо смазать маслом, выложить на него полученную смесь и равномерно распределить по поверхности яичный желток. Прогревать в микроволновке 2 минуты при полной мощности.

Это блюдо можно подать как самостоятельное или в качестве гарнира к мясу.

Картофельная запеканка со сливками

Компоненты

Картофель – 4 шт., кабачок небольшого размера – 1 шт., яйцо – 1 шт., чеснок – 1 зубчик, сливки – 1/2 стакана, сыр натертый – 3 столовые ложки, масло сливочное – 1 чайная ложка, орех мускатный, перец черный молотый, зелень укропа или петрушки, соль

Способ приготовления

Картофель очистить и нарезать соломкой, кабачок – кружками. На смазанное маслом дно формы насыпать чеснок, пропущенный через чеснокодавилку. После этого слоями выложить картофель, кабачок и сыр таким образом, чтобы верхний слой был картофельный. Посолить и поперчить.

В отдельной посуде взбить яйцо со сливками, добавить мускатный орех и залить приготовленным соусом овощи. Закрыть крышкой и готовить при максимальной мощности печи в течение 15 минут. Посыпать зеленью.

Овощная запеканка «Пестрая смесь»

Компоненты

Фасоль стручковая консервированная – 1 банка, горошек консервированный – 1/2 банки, шпинат замороженный – 100 г, макаронные изделия (рожки или ракушки) отварные – 1 1/2 стакана, масло сливочное – 1 столовая ложка, картофель – 5 шт., помидор – 1 шт., молоко – 1/2 стакана, сливки – 1/2 стакана, сыр натертый – 1 стакан, лук зеленый – 1 пучок, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Шпинат, горошек и фасоль потушить в небольшом количестве воды при средней мощности 3 минуты. Картофель очистить, нарезать тонкими кружками. Затем смазать форму маслом, слоями выложить подготовленные овощи и отварные макароны, при этом каждый слой следует солить и перчить.

Помидоры нарезать тонкими кружками, выложить сверху, залить молоком, взбитым со сливками, посыпать натертым сыром, измельченным луком и поставить в печь на 15 минут при средней мощности.

Запеканка макаронно-овощная

Компоненты

Спагетти – 250 г, шпинат замороженный – 300 г, перец красный сладкий – 1 шт., сыр натертый – 6 столовых ложек, яйца – 6 шт., молоко – 1 стакан, масло сливочное – 2 столовые ложки, салат листовой – 1 пучок, орех мускатный, перец черный молотый, зелень укропа, соль

Способ приготовления

Размороженный шпинат нарезать мелкими кусочками, красный сладкий перец – полукольцами. Спагетти отварить в подсоленной воде.

Подготовленные спагетти, овощи и половину сыра выложить слоями в смазанную маслом форму.

В отдельной посуде взбить яйца с молоком, солью, перцем, мускатным орехом и вылить смесь на спагетти с овощами. Форму поставить в большую кастрюлю с водой, накрыть пергаментной бумагой и запекать на средней мощности 25 минут. После этого посыпать оставшимся сыром и прогревать еще 3 минуты.

Перед подачей на стол украсить листьями салата и зеленью укропа.

Запеканка с ветчиной и сладким перцем

Компоненты

Спиралевидная вермишель отварная – 500 г, бульон мясной – 1 1/2 стакана (можно растворить бульонный кубик), капуста квашеная – 850 г, ветчина вареная – 250 г, перцы красные сладкие – 2 шт., пюре томатное – 2 столовые ложки, масло сливочное – 2 столовые ложки, сыр натертый – 4–5 столовых ложек, сахар, перец черный молотый, зелень петрушки, соль

Способ приготовления

Квашеную капусту залить 1/2 стакана мясного бульона и тушить на средней мощности 7 минут. После этого добавить нарезанные крупной соломкой ветчину и сладкий перец, сахар, томатное пюре, влить оставшийся бульон, посолить, поперчить и хорошо перемешать.

В смазанную маслом форму выложить отварную вермишель, капустную массу, перемешать, посыпать натертым сыром и запекать при средней мощности в течение 10 минут.

При подаче на стол украсить веточками петрушки.

Лазанья по-неаполитански

Компоненты

Фасоль красная консервированная – 1 банка, кабачок небольшого размера – 1 шт., томаты в собственном соку – 5 шт., тесто слоеное – 9 пластин, сыр плавленый – 100 г, чеснок – 2 зубчика, перцы сладкие – 2 шт., лук репчатый – 1 шт., масло растительное – 2 столовые ложки, молоко – 1 стакан, тимьян сушеный – 1 чайная ложка, зелень петрушки измельченная – 1 столовая ложка, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Растительное масло влить в посуду, прогревать в течение 40 секунд. Положить в него измельченные лук и чеснок и жарить на максимальной мощности 1 минуту.

После этого добавить нарезанные перец и кабачок и прогревать еще 2 минуты.

В овощную массу добавить фасоль, томаты, тимьян, молотый перец, соль и готовить на средней мощности примерно 15 минут.

В отдельной посуде нагреть молоко и распустить в нем сыр. Пластины теста и овощи выложить слоями в смазанную маслом форму, залить сырным соусом и запекать при средней мощности в течение 10 минут. Перед тем как подавать лазанью на стол, посыпать ее зеленью петрушки.

Запеканка тыквенная с шампиньонами

Компоненты

Тыква очищенная – 500 г, шампиньоны – 150 г, масло сливочное – 1 столовая ложка, тесто слоеное замороженное – 8 пластин, сливки – 1 стакан, вино белое – 1/2 стакана, яйца – 5 шт., тыквы семена очищенные измельченные – 4 столовые ложки, тимьян – 1 пучок, соль

Способ приготовления

Тыкву и грибы нарезать мелкими кубиками, обжаривать в растопленном сливочном масле в течение 1 минуты при максимальной мощности. После этого добавить тимьян, соль, влить вино и тушить на средней мощности 5–7 минут.

Слоеное тесто разморозить в печи, сложить половину пластин стопкой и раскатать в пласт толщиной 2–3 мм. Формой выдавить круг и поместить его в форму.

В отдельной посуде взбить 4 яйца со сливками, соединить эту массу с измельченными тыквенными семечками, тыквенно-грибной смесью и выложить получившуюся начинку поверх теста.

Из остатков слоеного теста раскатать второй круг, закрыть им начинку, прижать края и обмазать поверхность взбитым яйцом. Запекать в микроволновке при средней мощности 8 – 10 минут.

Горячие соусы

Соусы представляют собой приправы, которые придают готовому блюду аромат, пикантность и оттеняют вкус. Для каждого блюда можно придумать и приготовить свой собственный соус.

Искусство настоящего повара как раз и заключается в умении правильно подбирать и сочетать продукты, потому что соус может как улучшить блюдо, так и испортить его.

Соусы готовят для мясных, рыбных, мучных и овощных блюд. Наиболее оптимальным вариантом является употребление свежеприготовленного соуса. Но можно соус готовить и заблаговременно, а потом разогревать.

Основой горячих соусов являются различные бульоны – мясные, рыбные, грибные и пр. Кроме бульонов, в качестве основы можно использовать молоко или сметану.

Для того чтобы соус приобрел нужную консистенцию и приятный вкус, в него необходимо добавить пшеничную муку высшего сорта. Перед применением ее подсушивают или прогревают в сливочном масле. В этом случае она сохранит свой естественный цвет. В результате получится так называемая белая пассеровка.

При более сильном подогреве муки будет красная пассеровка. Для того чтобы облегчить и ускорить процесс приготовления соуса, можно муку растереть со сливочным маслом.

Для варки красного соуса наваристый мясной бульон нужно заправить красной пассеровкой. Белый соус готовится на рыбном бульоне с добавлением молока или сметаны с белой пассеровкой.

В соусы можно добавлять ароматические травы и коренья, а также репчатый лук. Их также лучше предварительно потушить в жире. Это придаст соусу более насыщенный вкус и аромат. Коренья и лук перед тушением нужно нарезать соломкой, тонкими ломтиками или мелкими кубиками. Тушить следует до тех

пор, пока овощи не начнут изменять окраску. Если предполагается в дальнейшем протирать овощи через сито, то их следует тушить намного дольше, пока они не станут мягкими.

Коренья и лук для добавления в соусы следует прогреть в топленом или растительном масле (в зависимости от того, на чем был приготовлен основной продукт).

Если соус подается к холодной закуске, используют растительное масло, т. к. вкус холодного топленого масла довольно неприятный. При приготовлении соуса на молоке

обычно используют сливочное или топленое масло.

К ароматическим травам и кореньям, а также луку можно добавить в соус томатное пюре, томатную пасту предварительно прогрев их в микроволновой печи. Это придаст соусу приятный кисловатый вкус и прекрасную окраску.

Для упрощения операции приготовления соуса готовить его следует в такой последовательности:

1. Сначала в микроволновке в течение 3–4 минут нужно потушить коренья и репчатый лук;

2. добавить томатное пюре, тушить еще 3–4 минуты;

3. посыпать мукой и готовить еще 2 минуты.

Вкусовые качества соуса может улучшить добавление соли, перца, хрена, небольших порций уксуса, виноградного сухого вина, лимонного сока или лимонной кислоты, огуречного рассола.

Все эти приправы придают соусам кисловатый вкус и оригинальный аромат. Но следует помнить, что не всегда рекомендованную в рецепте приправу можно заменить какой-либо другой без ущерба для вкуса блюда.

Например, разведенный уксус не заменит специфического привкуса виноградного вина. Лимонная кислота, лишенная запаха, не заменит натуральный лимонный сок. Как правило, допустимая замена указывается в рецепте.

При отсутствии каких-либо компонентов лучше выбрать другой рецепт. Соль и перец нужно добавлять по своему вкусу. При использовании огуречного рассола его сначала нужно процедить и вскипятить.

Прекрасным дополнением к соусам служит чеснок, имеющий резко выраженный запах, который многие считают пряным и аппетитным.

Чтобы ощутить его вкус в соусе или готовом блюде, достаточно 1 зубчика. Можно в соусы добавлять чеснок, растертый с солью. Можно заправлять соком, отжатым из измельченного чеснока.

Весьма оригинальные соусы получаются при добавлении грибов или грибного отвара.

Для приготовления отвара лучше всего подходят свежие или сушеные белые грибы (другие придадут отвару неаппетитный вкус и вид).

Для придания соусам густоты применяются яичные желтки. При их использовании следует соблюдать осторожность: при высокой температуре соуса желтки могут свернуться, и все усилия по приготовлению будут напрасными, а остывший соус приобретет неприятный вкус сырого яйца.

Для правильного введения желтков в соус необходимо вынуть его из печи и осторожно ввести желтки, энергично помешивая смесь.

После этого нужно подогреть соус, поставив его на водяную баню, но не доводить до кипения.

Нежный вкус соусам придает сливочное масло. Но процесс заправки сливочным маслом требует некоторых навыков. Опущенный в кипящую жидкость кусок сливочного масла быстро расплавится, и на поверхности останется слой жира, который может испортить вкус и внешний вид соуса.

Сливочное масло должно придавать соусу густоту эмульсии, а также нежность и мягкость вкуса.

Для получения такого эффекта следует поступить так. Охладить необходимое количество масла. Вынуть соус из печи, разделить масло на небольшие кусочки и вводить в жидкость постепенно, размешивая до полного соединения масла с жидкостью. Затем следующий кусочек и т. д. В этом случае жир не всплывет на поверхность, а вкус и внешний вид будут на высоте.

Рецепты соусов

Коричневый соус

Компоненты

Масло сливочное – 2 столовые ложки, мука – 2 столовые ложки, сметана – 1 столовая ложка, бульон или вода – 2 стакана, лист лавровый, соль, перец черный молотый

Способ приготовления

Сливочное масло растопить в посуде, добавить муку и прогревать в печи при средней мощности 4 минуты до появления светло-коричневого цвета. Затем влить бульон или воду и, помешивая, проварить еще 3 минуты при той же мощности. Добавить сметану, соль, лавровый лист и перец, перемешать.

Луковый соус

Компоненты

Жир – 3 столовые ложки, мука – 2 столовые ложки, лук репчатый – 2 шт., бульон – 2–3 стакана, сметана – 2 столовые ложки, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Лук очистить и нарезать кольцами. Прогревать его в жире при полной мощности печи в течение 2 минут.

Когда лук приобретет золотистый цвет, переложить его в другую посуду. В жир, в котором обжаривался лук, всыпать муку, перемешать, прогревать 3 минуты при полной мощности. Влить бульон и немного проварить. Перед окончанием приготовления добавить в мучную массу сметану, лук, соль и перец.

Сырный соус с тмином

Компоненты

Маргарин или масло сливочное – 2 столовые ложки, мука – 1 столовая ложка, молоко или бульон – 3 стакана, сыр натертый – 3 столовые ложки, тмин, соль

Способ приготовления

Муку всыпать в посуду, где предварительно был растоплен маргарин. Прогревать в печи при полной мощности в течение 3 минут. Влить молоко, добавить сыр, тмин и соль. Хорошо перемешать и довести до кипения при той же мощности.

Соус «Помидорка»

Компоненты

Жир – 2 столовые ложки, мука – 1 столовая ложка, морковь – 1 шт., корень петрушки – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., паста томатная – 1 столовая ложка, бульон или вода – 2 стакана, соль, сахар

Способ приготовления

Лук и корень петрушки очистить, измельчить, морковь натереть на крупной терке. Подготовленные овощи положить в подходящую посуду с предварительно разогретым в ней жиром. Посуду поместить в печь и прогревать в течение 2 минут при средней мощности.

После этого добавить муку, еще раз прогреть при той же

мощности. Влить бульон или воду и варить соус 10 минут при полной мощности. Процедить, заправить томатной пастой, посолить, всыпать сахар и снова поставить в печь на 3 минуты.

Лимонный соус со сметаной

Компоненты

Маргарин – 2 столовые ложки, мука – 2 столовые ложки, бульон – 3 стакана, горчица – 1 столоваяложка, желток – 1 шт., сметана – 1 столовая ложка, сок лимонный – 2 чайные ложки, зелень измельченная, сахар, соль.

Способ приготовления

Маргарин растопить в печи при полной мощности. Дать ему закипеть и всыпать муку, перемешать. Прогреть до приобретения мукой золотистого цвета (при той же мощности).

После этого влить бульон, посолить, посыпать сахаром и довести до кипения при максимальной мощности печи. Добавить лимонный сок и горчицу, смешанную с яичным желтком и сметаной.

Прогревать еще 40 секунд при полной мощности и вынуть посуду из печи. Всыпать измельченную зелень.

Белый соус «Сметанный»

Компоненты

Масло сливочное – 2 столовые ложки, мука – 2 столовые ложки, бульонили молоко – 3 стакана, сметана – 1 столовая ложка, зелень измельченная, горчица, соль

Способ приготовления

Прогревать при полной мощности муку с маслом в течение 1 минуты. Развести ее бульоном или молоком. Проварить в течение 3 минут при той же мощности. Затем добавить соль, сметану, горчицу, измельченную зелень. Подержать в печи еще 30 секунд.

Молочный соус

Компоненты

Молоко – 1 стакан, крахмал – 1/2 столовой ложки, масло сливочное – 1 столовая ложка, зелень измельченная, соль

Способ приготовления

Половинную норму молока влить в посуду и довести до кипения при полной мощности. В оставшемся молоке развести крахмал, размешать до исчезновения комочков. После этого тонкой струйкой влить в горячее молоко. Довести полученную смесь до кипения при той же мощности. Добавить сливочное масло, измельченную зелень и соль.

Грибной соус

Компоненты

Масло сливочное – 2 столовые ложки, грибы сушеные или свежие – 6–8 шт., лук репчатый – 1 шт., мука – 1 столовая ложка, бульон – 3 стакана, сметана – 2 столовые ложки, зелень измельченная, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Репчатый лук и грибы очистить и измельчить. Положить их в посуду и потушить при полной мощности в течение 4 минут. Добавить размешанную с маслом муку и, после того как она прогреется, влить бульон, добавить соль, перец, зелень и сметану.

Соус «Ред Девил»

Компоненты

Грудинка телячья с ребрами – 900 г, вода – 2 1/2 л, лук репчатый – 2 шт., морковь – 2 шт., корень петрушки – 2 шт., корень сельдерея – 2 шт., масло растительное – 1 столовая ложка, масло сливочное – 2 столовые ложки, мука – 2 столовые ложки, паста томатная – 2 столовые ложки, перец черный горошком – 2–3 шт., соль, сахар, сливки – 1 стакан, перец острый зеленый маринованный – 2 шт.

Способ приготовления

Для приготовления коричневого бульона грудинку порубить

и обжаривать на противне на растительном масле при полной мощности в течение 10 минут. Добавить крупно нарезанные морковь и лук. Обжаривать еще 5 минут при той же мощности. В процессе обжаривания необходимо периодически помешивать продукты.

Обжаренную грудинку переложить в кастрюлю, залить водой, довести до кипения при полной мощности и варить еще 30 минут. По истечении этого времени ввести очищенные и измельченные корни сельдерея и петрушки (по 1 шт.). Готовый бульон процедить. Он должен иметь темно-коричневый цвет с красноватым оттенком и приятный запах кореньев.

Муку пассеровать на сливочном масле до приобретения ею светло-коричневого цвета (уровень мощности – средний). В конце пассеровки добавить морковь, корни петрушки и сельдерея, а также томатную пасту. Прогревать при средней мощности 1 минуту. Влить немного бульона, снова прогреть. После этого остудить и протереть через сито.

В мучную пассеровку ввести небольшими порциями коричневый бульон (1 л), протертые овощи, перец горошком, добавить сахар, соль и прогревать 2 минуты при средней мощности.

Добавить сливки, измельченный в блендере зеленый маринованный перец и прогревать 40 секунд при средней мощности.

Соус из мидий и помидоров

Компоненты

Мидии – 8 шт., помидоры красные – 2 шт., зелень петрушки измельченная – 4 столовые ложки, вино белое – 4 столовые ложки, масло оливковое – 5 столовых ложек, соус «Табаско» – 5 столовых ложек, соль

Способ приготовления

Помидоры ошпарить кипятком, снять кожицу, разрезать пополам, удалить семена и нарезать кубиками. Положить помидоры в дуршлаг, чтобы стекла лишняя жидкость.

Мидии вымыть, положить в глубокую посуду, залить белым вином, закрыть крышкой и тушить при полной мощности 10 минут (пока раковины не откроются). Затем процедить жидкость, в которой тушились мидии, и прокипятить ее при той же мощности до тех пор, пока объем жидкости не уменьшится и не станет равен примерно 3 столовым ложкам.

Мидии очистить от раковин, крупно нарезать, положить в посуду и поместить в печь. Добавить половину измельченной петрушки и кубики помидоров, тонкой струйкой влить оливковое масло, перемешать, заправить солью и соусом «Табаско». Прогревать в печи при средней мощности в течение 1 минуты.

При подаче на стол всыпать в соус оставшуюся зелень петрушки.

Соус «Бешамель»

Компоненты

Маргарин или сливочное или растительное масло – 200 г, мука – 4 столовые ложки, молоко – 3 стакана, лук репчатый, шпигованный почками гвоздики, – 1 шт.

Способ приготовления

Маргарин или масло растопить в глубокой посуде при полной мощности печи. Добавить муку и прогревать при минимальной мощности 1 минуту. Поставить остужаться.

В отдельной посуде довести до кипения молоко при полной мощности. В остывшую мучную смесь тонкой струйкой влить горячее молоко, постоянно помешивая.

Добавить луковицу, шпигованную почками гвоздики. Варить на минимальной мощности 10 минут. Удалить луковицу, соус процедить.

Ванильный соус

Компоненты

Сливки густые – 1/2 стакана, молоко – 1/2 стакана, ваниль – 1/2 стручка, желтки яичные – 3 шт., сахар – 2 столовые ложки

Способ приготовления

В посуду влить молоко и сливки, добавить мякоть стручка ванили и довести до кипения при полной мощности печи.

Желтки растереть с сахаром и, взбивая миксером, влить молочную смесь.

Голландский соус

Компоненты

Масло сливочное – 2 столовые ложки, яичный желток – 1 шт., вода – 2 чайные ложки, кислота лимонная, соль

Способ приготовления

Яичный желток смешать с водой, добавить треть от нормы сливочного масла и, непрерывно помешивая, прогревать в печи при средней мощности 1 минуту. Когда масса загустеет, ввести оставшееся масло, посолить, всыпать лимонную кислоту. Прогревать в печи при той же мощности еще 2 минуты.

Виноградный соус для шашлыка

Компоненты

Лук репчатый – 1 шт., масло кунжутное – 1 столовая ложка, тмин молотый, корица молотая, бульон – 1 стакан, виноградины зеленые – 15 шт., горчица – 1 столовая ложка, сахар

Способ приготовления

Лук очистить и нарезать кубиками. В посуду влить кунжутное масло, разогреть его в печи при полной мощности, всыпать лук и обжаривать его в течение 1 минуты при полной мощности. После этого влить бульон, положить корицу и тмин, перемешать. Варить при той же мощности, пока объем жидкости не уменьшится в 2 раза.

Каждую виноградинку разрезать пополам и добавить в соус. Заправить горчицей, всыпать сахар, довести до кипения при среднем уровне мощности. После этого вынуть из печи и остудить.

Румынский фруктовый сироп «Дульчаца»

Компоненты

Фрукты любые – 200 г, пудра сахарная – 3 стакана, сок из половины лимона, вода – 1 стакан.

Способ приготовления

Фрукты очистить от кожуры, удалить сердцевины, нарезать

ломтиками. В подходящей посуде уложить слоями фрукты, пересыпая их сахарной пудрой. Влить воду. Кипятить в печи при полной мощности 3 минуты, после чего влить лимонный сок и кипятить еще 4 минуты при той же мощности.

Вынуть из печи, остудить.

Испанский соус «Зальца»

Компоненты

Перец острый красный чили – 1 шт., хлеб пшеничный без корок – 1 кусок, масло оливковое – 2 столовые ложки, чеснок – 4 зубчика, миндаль очищенный – 2 столовые ложки, помидоры – 2 шт., уксус, ароматизированный вишней, – 2 столовые ложки, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Перец очистить от семян и измельчить. Хлебный мякиш обжарить в небольшом количестве масла при полной мощности до появления золотистого цвета. В этом же масле обжаривать в течение 30 секунд измельченный чеснок и миндаль. Чеснок, миндаль и хлебный мякиш после обжарки измельчить в блендере.

Помидоры ошпарить кипятком, снять кожицу, удалить семенники и нарезать кубиками. Помидоры обжаривать в том же масле в течение 1 минуты при полной мощности.

Обжаренные помидоры также измельчить в блендере. После этого соединить все компоненты и взбивать, добавляя соль, перец, уксус и оставшееся оливковое масло. Готовый соус должен иметь консистенцию пасты.

Итальянский соус

Компоненты

Маргарин, сливочное или растительное масло – 2 столовые ложки, лук-шалот измельченный – 1 столовая ложка, грибы измельченные – 2 столовые ложки, ветчина измельченная – 1 столовая ложка, помидоры – 2 шт., бульон – 1 стакан, зелень петрушки, эстрагон, кервель листовой или салатный

Способ приготовления

В кастрюле разогреть масло или маргарин, положить в него измельченный лук-шалот и обжаривать при полной мощности 1 минуту. Добавить грибы и прогревать еще 2 минуты. После этого в лук влить бульон, положить ветчину и помидоры, очищенные от кожицы и семян и нарезанные кубиками. Варить при минимальной мощности 3 минуты, после чего всыпать измельченные травы.

Кемберлендский соус

Компоненты

Смородина красная – 2 стакана, сахар – 5 стаканов, вода – 2 стакана, цедра от одного апельсина, вино красное – 2 стакана, горчица – 1 чайная ложка, хрен – 1 столовая ложка, сок апельсиновый – 3 столовыеложки, сок лимонный – 1 столовая ложка, перец красный острый измельченный – 1/2 шт., перец черный молотый, имбирь

Способ приготовления

Из ягод красной смородины отжать сок. Разбавить его водой, всыпать сахар. Прогревать в печи при полной мощности в течение 2 минут, изредка помешивая.

Цедру апельсина нарезать тонкой соломкой. В отдельной посуде соединить апельсиновую цедру, вино и имбирь. Варить при полной мощности 3 минуты. После этого остудить, влить апельсиновый и лимонный сок, добавить ранее приготовленное желе из красной смородины, а также горчицу и хрен. Заправить красным острым перцем, тщательно перемешать.

Кетчуп «Пряный»

Компоненты

Помидоры спелые – 4 шт., сахар – 2 столовые ложки, перец красный – 1 шт., перец черный горошком – 2–3 шт., уксус 9 %-ный – 3 чайные ложки, гвоздика, корица, базилик, соль

Способ приготовления

Помидоры измельчить в блендере. Полученное пюре положить в посуду и варить при средней мощности, пока масса не уварится вдвое. Затем протереть через сито. В томатное пюре

добавить сахар, соль, уксус. Пряности завязать в марлевый мешочек и опустить в кетчуп. Прогревать в печи при средней мощности в течение 5 минут. Вынуть из печи и остудить.

Кисло-сладкий соус

Компоненты

Уксус 9 %-ный – 2 столовые ложки, сахар – 1/2 стакана, кетчуп – 4 столовые ложки, соус соевый – 1 столовая ложка, перец черный горошком, перец красный молотый, гвоздика, корица, измельченная зелень укропа,

Способ приготовления

Сахар смешать с уксусом, поместить в подходящую посуду и прогревать в печи при средней мощности 2 минуты (пока сахар не растворится). После этого добавить в уксус кетчуп, соевый соус и специи. Варить на минимальной мощности 2 минуты. Всыпать измельченную зелень укропа, хорошо перемешать.

Коричневый лионский соус

Компоненты

Маргарин, сливочное или растительное масло – 2 столовые ложки, лук репчатый измельченный – 5 столовых ложек, уксус 9 %-ный – 1 столовая ложка, бульон крепкий – 1 стакан, специи

Способ приготовления

В посуде разогреть масло или маргарин, добавить лук, закрыть крышкой и обжаривать при минимальной мощности 2 минуты. После этого снять крышку и еще прогреть лук до появления румяного цвета.

В обжаренный лук влить уксус и полностью его выпарить при среднем уровне мощности. Влить бульон и варить на средней мощности 3 минуты. Затем добавить специи.

Соус «Эспаньоль»

Компоненты

Жир топленый или растительное масло – 2 столовые ложки, мука – 3 столовые ложки, паста томатная – 2 столовые ложки, бульон коричневый – 2 стакана, морковь – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., зелень сельдерея – 1 пучок

Способ приготовления

Жир или масло разогреть в посуде с толстым дном. Добавить муку и прогреть при средней мощности до появления светло-коричневого цвета, изредка помешивая. Остудить и смешать с томатной пастой. После этого в полученную смесь постепенно вливать теплый бульон, перемешивая. Довести смесь до кипения при полной мощности.

Овощи вымыть, очистить и нарезать крупными кусками. В отдельной посуде обжаривать их при полной мощности в течение 2 минут. По истечении этого времени жир слить, а овощи добавить в соус. Варить на минимальной мощности в течение 10 минут.

Готовый соус вынуть из печи, остудить и процедить.

Соус «Креветочный»

Компоненты

Соус «Бешамель» – 1 стакан, маринованные креветки – 3 столовые ложки, черный молотый перец

Способ приготовления

Соус «Бешамель» влить в кастрюлю и довести до кипения при полной мощности. Добавить перец и прогревать еще 40 секунд при той же мощности. После этого соус процедить и смешать с маринованными креветками.

Соус «Луковый конфитюр»

Компоненты

Лук репчатый – 3 шт., жир утиный или масло сливочное – 1 столовая ложка, пудра сахарная – 2 столовые ложки, уксус 6 %-ный – 2 столовые ложки, вино красное – 1 стакан.

Способ приготовления

Лук очистить и измельчить. В подходящей посуде разогреть утиный жир или масло. Обжарить в нем лук при полной мощности до золотистого цвета. Добавить сахарную пудру и дать ей немного карамелизоваться. Перемешать и влить уксус. Еще раз перемешать. Добавить вино, довести до кипения при средней мощности. После этого прогревать при минимальной мощности до полного испарения жидкости.

Соус «Крапивный»

Компоненты

Крапива – 300 г, масло растительное – 3 столовые ложки, лук репчатый – 1 шт., мука – 2 столовые ложки, сметана – 2 столовые ложки, вода, соль

Способ приготовления

Крапиву промыть, обсушить и мелко нарезать. Положить ее в кастрюлю, залить небольшим количеством подсоленной воды и прогревать в печи при средней мощности в течение 1 минуты. Затем протереть отваренную крапиву через сито вместе с жидкостью.

Лук очистить и измельчить. Обжарить в небольшом количестве масла при средней мощности. Всыпать в лук муку и продолжать обжаривание до тех пор, пока мука не приобретет кремовый оттенок. Посуду вынуть из печи, немного остудить, влить немного кипяченой воды, добавить протертую крапиву, перемешать и тушить на минимальной мощности 2 минуты. Добавить сметану, довести до кипения при той же мощности и вынуть из печи.

Соус «Креольский»

Компоненты

Помидоры спелые крупные – 3 шт., перец сладкий – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., маслины – 4 шт., вино белое – 3 столовые ложки, масло растительное – 2 столовые ложки, пюре томатное – 2 столовые ложки, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Помидоры ошпарить кипятком, снять кожицу и нарезать

дольками. После этого тушить до мягкости при полной мощности. Протереть через сито или взбить миксером.

Лук почистить, мелко нарезать. Перец очистить от семян и измельчить. Соединить лук и перец, обжаривать в масле, помешивая, при средней мощности в течение 1 минуты.

Добавить томатное пюре, мелко нарезанные маслины, приправить солью, черным перцем, влить вино и перемешать.

Варить соус, закрыв крышкой, на минимальной мощности в течение 4 минут.

Масляный соус

Компоненты

Вода – 1/2 стакана, уксус винный – 1/2 стакана, лук-шалот измельченный – 2 столовые ложки, масло сливочное несоленое – 200 г, сок лимонный – 1 чайная ложка, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

В подходящей посуде соединить воду, уксус и измельченный лук-шалот. Прогревать в печи при средней мощности до тех пор, пока жидкость не выпарится больше чем наполовину. Слегка остудить.

Взбивая, небольшими порциями ввести в полученную смесь растопленное масло.

Взбить до консистенции густых сливок. После этого влить лимонный сок, посолить, поперчить и немного прогреть при минимальной мощности.

Маринад с томатом

Компоненты

Бульон мясной – 1 стакан, томат-пюре – 1 стакан, лук репчатый – 1 шт., морковь – 1 шт., уксус 3 %-ный – 2 стакана, корни сельдерея – 2 шт., масло растительное (подсолнечное) – 2 столовые ложки, сахар – 1 чайная ложка, лист лавровый – 1 шт., гвоздика – 5 бутонов, корица молотая – 1 чайная ложка, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Морковь и корень сельдерея нарезать соломкой. Лук очистить и нарезать кольцами. В глубокой посуде разогреть масло, добавить морковь, корень сельдерея, лук. Обжаривать при полной мощности в течение 1 минуты. После этого добавить томат-пюре, уксус, бульон, гвоздику, корицу, сахар, лавровый лист, перец, соль. Полученную смесь прогревать на минимальной мощности 4 минуты. Остудить.

Мексиканский соус

Компоненты

Помидоры – 10 шт., чеснок неочищенный – 2 зубчика, репчатый лук, разрезанный на 4 части, – 1 шт., перец чили – 1 шт., масло оливковое – 1 1/2 столовой ложки, тмин – 1 чайная ложка, сок лайма – 3 столовые ложки, зелень кинзы измельченная – 2 столовые ложки, соль – 1 чайная ложка

Способ приготовления

В глубокую посуду выложить помидоры, чеснок, лук и перец чили, залить оливковым маслом. Часто помешивая, прогревать при полной мощности 3 минуты, пока овощи снаружи немного не подгорят. Вынуть посуду из печи. Из помидоров удалить семена, у перца – плодоножку, с чеснока и лука снять кожицу. Измельчить обжаренные овощи в миксере.

Переложить их в керамическую миску, добавить тмин, сок лайма, кинзу, соль, перемешать.

Соус «Нежный»

Компоненты

Лук репчатый – 1 шт., лист лавровый – 1 шт., вода – 2 стакана, крошки хлебные – 1/2 стакана, орех мускатный – 1 чайная ложка, масло сливочное – 2 столовые ложки, сметана – 1 столовая ложка, мука – 2 столовые ложки, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Муку обжарить на сливочном масле при полной мощности. Затем добавить воду, лавровый лист и лук, разрезанный на крупные куски. Варить на средней мощности до загустения.

После этого вынуть лук и лавровый лист, добавить хлебные крошки, мускатный орех, соль, перец и перемешать. Добавить в соус сметану и прогревать при средней мощности в течение 2 минут.

Соус «Пикантный»

Компоненты

Уксус 6 %-ный – 3 столовые ложки, лук-шалот измельченный – 3 столовые ложки, бульон крепкий – 1 стакан, огурчики молодые мелко нарезанные – 2 столовые ложки, каперсы измельченные – 2 чайные ложки, зелень петрушки измельченная – 1/2 чайной ложки, зелень кервеля измельченная – 1/2 чайной ложки зелень эстрагона измельченная – 1/2 чайной ложки

Способ приготовления

Соединить в посуде измельченный лук-шалот и уксус. Варить при средней мощности до тех пор, пока жидкость не выпарится наполовину.

Добавить бульон и варить при минимальной мощности 5 минут. После этого ввести остальные компоненты. Перемешать.

Белый соус

Компоненты

Молоко – 3 стакана, масло топленое или сливочное – 5 столовых ложек, мука – 3 столовые ложки, соль

Способ приготовления

Муку обжарить в масле при полной мощности. Немного остудить и развести теплым молоком, перемешать. Довести до кипения при той же мощности, посолить и варить при минимальной мощности 10 минут. Готовый соус процедить.

Соус для заливного из дичи

Компоненты

Белый соус – 1 стакан, соус «Бешамель» – 1 стакан,

сливки – 1/2 стакана, соус «Деми-гляссе» – 1 стакан, желатин листовой – 50 г, вода

Способ приготовления

Желатин замочить в воде. Белый соус и «Бешамель» смешать и довести до кипения при полной мощности. Добавить отжатый желатин и перемешивать до тех пор, пока желатин не растворится.

После этого ввести соус «Деми-гляссе» и довести до кипения при средней мощности. Готовый соус процедить и смешать со сливками.

Соус «Деми-гляссе»

Компоненты

Соус коричневый – 2 стакана, бульон коричневый – 2 стакана, перецчерный молотый, гвоздика, корица, имбирь, соль

Способ приготовления

Соединить в посуде соус и бульон. Варить при средней мощности, пока объем не уменьшится вдвое. Процедить, добавить специи и довести до кипения при той же мощности.

Красный соус

Компоненты

Соус красный основной – 2 стакана, кетчуп – 1 чайная ложка, масло сливочное – 2 столовые ложки, перец черный молотый, лавровый лист, приправа «Магги»

Способ приготовления

В основной красный соус добавить кетчуп и специи. Прогревать при полной мощности в течение 1 минуты. Процедить и снова довести до кипения при той же мощности. В готовый соус положить кусочки сливочного масла и перемешать.

Соус с молоком и сливочным маслом

Компоненты

Молоко – 3 стакана, мука – 3 столовые ложки, масло сливочное – 2 столовые ложки, сахар – 2 чайные ложки, соль

Способ приготовления

Муку прогревать на противне при полной мощности в течение 30 секунд. Немного охладить и развести небольшой частью теплого кипяченого молока, перемешать. После этого влить оставшееся молоко, добавить сливочное масло, сахар и соль и довести до кипения при той же мощности. Процедить и вновь довести до кипения.

Соус «Ореховый»

Компоненты

Орехи грецкие – 1/2 стакана, зелень тархуна – 1 пучок, масло оливковое – 3 столовые ложки, чеснок измельченный – 1 чайная ложка, перец красный острый – 1 шт., кориандр молотый, гвоздика молотая, соль

Способ приготовления

Орехи пропустить через мясорубку. Масло разогреть, добавить пряности и прогревать еще 1 минуту при средней мощности. Вынуть из печи и дать постоять 10 минут.

Зелень тархуна мелко нарезать и соединить с чесноком. Перемешать, добавить орехи, соль и масло с пряностями. Прогревать в печи 30 секунд при минимальной мощности.

Соус «Ткемали»

Компоненты

Ткемали – 300 г, чеснок – 4–5 зубчиков, зелень петрушки, зелень кинзы, зелень укропа, соль

Способ приготовления

Плоды ткемали перебрать, промыть и положить в кастрюлю. Залить водой так, чтобы она только покрывала их. Варить при средней мощности до тех пор, пока ткемали не разварятся. Вынуть из печи, откинуть на дуршлаг. Через 5 минут ткемали

протереть через сито и разбавить жидкостью, в которой они варились.

Зелень и чеснок измельчить, добавить в блюдо, посолить, перемешать, довести до кипения при полной мощности и остудить.

Готовый соус должен иметь консистенцию густой сметаны.

Соус «Острый»

Компоненты

Помидоры – 4 шт., чеснок – 4 зубчика, корень хрена – 1 шт., лист лавровый – 2 шт., перец черный горошком, уксус 3 %-ный, соль

Способ приготовления

Хрен пропустить через мясорубку вместе с чесноком и помидорами. Перемешать, добавить перец, уксус, соль и лавровый лист. Довести до кипения при полной мощности. После этого уровень мощности снизить до минимального и варить еще 1 минуту. Готовый соус процедить.

Соусы трех цветов

Компоненты

Шпинат измельченный – 2 столовые ложки, лук репчатый – по 1 шт. для желтого, зеленого и красного соуса, вино белое – по 1 столовойложке для желтого, зеленого и красного соуса, соус «Бешамель» – по 3 столовые ложки для желтого и зеленого соуса, соус «Деми-гляссе» – 1 столовая ложка для красного соуса, масло растительное – по 1 чайной ложке для желтого, зеленого и красного соуса, перец сладкий красный – 1 шт., перец сладкий желтый – 1 шт., масло сливочное – 1 столовая ложка

Способ приготовления

Для приготовления зеленого соуса измельченный шпинат и лук обжаривать при полной мощности 30 секунд. После этого влить вино и тушить при той же мощности, пока жидкость полностью не выпарится.

Полученную смесь измельчить в блендере, соединить с

соусом «Бешамель» и довести до кипения при средней мощности, изредка помешивая.

Для приготовления красного соуса мелко нарезанный сладкий красный перец и лук обжаривать в течение 30 секунд при полной мощности.

Влить вино и тушить при той же мощности до полного выпаривания жидкости. Затем добавить соус «Деми-гляссе» и измельчить в блендере. Довести до кипения при средней мощности, после чего разложить на поверхности соуса мелкие кусочки сливочного масла.

Желтый соус готовить так же, как красный, но вместо соуса «Деми-гляссе» добавить соус «Бешамель».

Чесночная подлива

Компоненты

Сало – 40 г, мука – 2 столовые ложки, лук репчатый измельченный – 2 столовые ложки, чеснок – 2 зубчика, молоко – 1 стакан, сахар – 2 чайные ложки, лимонный сок, соль

Способ приготовления

Сало нарезать мелкими кубиками. В посуде с толстым дном вытопить его при полной мощности. Удалить шкварки, а в получившемся жиру обжаривать муку в течение 40 секунд при средней мощности. Добавить лук и пропущенный через чеснокодавилку чеснок. Обжарить до золотистого цвета при той же мощности.

После этого, постоянно помешивая, влить горячее молоко и всыпать сахар. Варить 1 минуту при минимальной мощности. В конце варки добавить соль и лимонный сок.

Щавелевый соус

Компоненты

Щавель – 500 г, сливки густые – 1 стакан, сметана – 2 столовые ложки, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

У щавеля удалить стебли, а листья припустить в подсоленной воде при минимальной мощности в течение 30 секунд. Откинуть

на сито, чтобы стекла лишняя жидкость.

Отваренный щавель взбить миксером и смешать со сливками и сметаной, посолить, поперчить и прогревать при минимальной мощности 20 секунд.

Горячий соус с какао

Компоненты

Какао – 3 столовые ложки, сахар – 1/2 стакана, крахмал – 1 столовая ложка, вода – 1/2 стакана, масло сливочное – 2 столовые ложки, ванилин, соль

Способ приготовления

Тщательно смешать сахар, соль, какао и крахмал, чтобы смесь имела равномерную окраску. Влить теплую кипяченую воду. Полученную смесь прогревать 3 минут при полной мощности. Во время варки смесь надо помешивать время от времени.

Затем добавить масло и прогревать еще 1 минуту при мощности немного выше средней. Перемешать, всыпать ванилин и еще раз перемешать.

Соус из хрена

Компоненты

Корень хрена – 1 шт., масло сливочное – 3 столовые ложки, мука – 3 столовые ложки, вода – 1 стакан, сметана – 2 столовые ложки, желтки яичные – 2 шт., мед – по вкусу

Способ приготовления

Корень хрена натереть на терке. Сливочное масло прогревать с мукой при средней мощности в течение 2 минут. Затем влить воду, тщательно растереть и довести до кипения при той же мощности.

Добавить натертый хрен, сметану, предварительно взбитые яичные желтки и мед. Тщательно растереть.

Крабовый соус

Компоненты

Лук репчатый – 2 шт., чеснок – 1 зубчик, тмин молотый – 1 щепотка, вино белое – 1/2 стакана, шампиньоны консервированные измельченные – 3 столовые ложки, вода – 1/2 стакана, сок от консервированных шампиньонов – 1/2 стакана, крахмал – 1 столовая ложка, желток яичный – 1 шт., сливки – 1/2 стакана, мясо крабов – 100 г, приправы ароматические – 1 чайная ложка, соус перечный – 1/2 чайной ложки, сок от половины лимона

Способ приготовления

Лук и чеснок очистить и мелко нарезать. Соединить в посуде измельченный лук, чеснок и тмин. Залить вином и варить при средней мощности 1 минуту. Добавить сок от консервированных шампиньонов, воду и довести до кипения при той же мощности.

Крахмал взбить с яичным желтком и сливками. Полученной смесью заправить бульон, добавить шампиньоны и крабы, всыпать ароматические приправы, положить перечный соус и лимонный сок. Тщательно перемешать.

Соус с мясным фаршем

Компоненты

Фарш мясной (50 % говядина, 50 % свинина) – 200 г, масло растительное – 3 столовые ложки, лук репчатый – 2 шт., чеснок – 2 зубчика, перец сладкий молотый – 1 чайная ложка, томаты консервированные очищенные – 5 шт., тимьян – 1 чайная ложка, перец черный молотый, соль, сахар

Способ приготовления

Мясной фарш обжаривать в растительном масле при средней мощности в течение 2 минут. Добавить очищенные, мелко нарезанные репчатый лук и чеснок и в течение 1 минуты пассеровать при той же мощности.

Положить сладкий перец и томаты, заправить солью, черным перцем, сахаром, тимьяном и варить при минимальной мощности 5 минуты.

Соус «Беарнский»

Компоненты

Вино белое – 1/2 стакана, уксус эстрагонный – 1 столовая ложка, лук репчатый – 1 шт., желток яичный – 1 шт., масло сливочное – 2 столовые ложки, маргарин – 2 столовые ложки, перец белый, перец острый красный измельченный – 1/2 шт., петрушка, эстрагон, кервель

Способ приготовления

Белое вино соединить с эстрагонным уксусом, измельченной луковицей, толчеными горошинами белого перца, острым перцем, зеленью. Варить при средней мощности до тех пор, пока жидкость не выпарится больше чем наполовину. Полученную массу протереть через сито, добавить яичный желток, тщательно растереть. В процессе растирания по каплям вводить растопленные сливочное масло и маргарин.

Соус «Мальтийский»

Компоненты

Желтки яичные – 4 шт., сок лимонный – 1 столовая ложка, масло сливочное – 150 г, половина апельсина, перец, соль

Способ приготовления

Яичные желтки взбить с солью, перцем и лимонным соком. Сливочное масло разогреть и, подливая его понемногу, продолжать взбивать соус. Добавить сок и натертую цедру апельсина. Прогревать при минимальной мощности 20 секунд.

Соус «Миндальный» с лимоном

Компоненты

Молоко миндальное – 2 стакана, сахар – 1 стакан, миндаль сладкий – 1/2 стакана, масло сливочное – 1 столовая ложка, желтки яичные – 5 шт., мука – 1 столовая ложка, лимоны – 2 шт.

Способ приготовления

Сливочное масло, сырые яичные желтки, муку, сахар тщательно растереть. В полученную смесь добавить натертую цедру и сок от двух лимонов, мелко нарезанный миндаль и размешать.

После этого постепенно небольшими порциями вливать в полученную массу горячее миндальное молоко, быстро помешивая. Затем варить соус 30 секунд при минимальной мощности (до кипения не доводить!).

Изделия из теста

Для выпечки такого рода изделий обязательно нужно использовать специальные формы, посуду и противни для выпечки в микроволновой печи. Для того чтобы приготовить торт круглой формы, понадобится посуда с прямыми и достаточно высокими стенками, т. к. в микроволновке торты поднимаются очень высоко.

Лучше всего выпекать один корж из всего количества заготовленного теста, а потом разрезать его по горизонтали на несколько частей. Форму для выпечки лучше выстилать пергаментной бумагой, а не присыпать мукой. Можно также смазать форму маслом или жиром.

Торты

Торт «Вишневый»

Компоненты

Мука – 1/2 стакана, сахар – 1 стакан, белки яичные – 6 шт., сметана – 3 стакана, вишня без косточек свежая или консервированная – 2 стакана, шоколад – 1/2 плитки, сок вишневый – 1 столовая ложка, коньяк или бренди – 3 чайные ложки, желатин – 2 чайные ложки

Способ приготовления

Взбить яичные белки, постепенно добавив половину указанной нормы сахара. В теплой воде растворить половинную норму шоколада, всыпать муку и добавить белковую массу. Хорошо перемешать и выложить тесто в смазанную маслом форму. Выпекать при полной мощности в течение 5 минут.

Вынуть торт из печи, немного остудить, достать из формы и разрезать вдоль на 3 коржа.

Оставшийся сахар смешать с вишневым соком и коньяком, добавить предварительно взбитую половинную норму сметаны. Желатин залить горячей водой, перемешать до растворения и немного остудить. Смешать взбитую сметану с желатином и добавить оставшуюся сметану.

На первый корж выложить практически все ягоды вишни и смазать сметанным кремом. Сверху поместить следующий корж,

на него – сметанный крем. Поверх третьего коржа и на бока торта намазать сметанный крем, выложить оставшуюся вишню и посыпать оставшимся натертым шоколадом. Поставить готовый торт на 1 час в холодильник.

Торт абрикосовый с шоколадом

Компоненты

Мука – 1 стакан, сахар – 1 стакан, масло сливочное – 1 столовая ложка, яйца – 2 шт., молоко – 6 столовых ложек, джем абрикосовый – 3 столовые ложки, шоколад – 1 маленькаяплитка, порошок какао – 2 чайные ложки, жир

Способ приготовления

Одну треть нормы сливочного масла распустить на водяной бане, смешать с растопленным в горячей воде шоколадом и одной третью нормы сахара. Полученную смесь растереть до однородного состояния. В полученную массу добавить по одному яичные желтки, слегка взбивая. Влить половину нормы молока, всыпать муку и добавить предварительно взбитые в крепкую пену белки. Осторожно перемешать.

Готовое тесто выложить на смазанную жиром форму и поместить в печь при максимальной мощности на 6–8 минут. После этого вынуть форму из печи, дать постоять примерно 5 минут, после чего вынуть торт из формы и остудить.

Верх и бока торта смазать абрикосовым джемом. Оставшееся молоко подогреть и развести им какао. После этого добавить в молоко оставшиеся сахар и сливочное масло, прогревать в печи 40 секунд и сразу залить торт.

Торт ореховый с финиками

Компоненты

Яйца – 4 шт., шоколад – 1 плитка, масло сливочное – 1 столовая ложка, сахар – 1/2 стакана, хлеб белый – 4 ломтя, орехи грецкие очищенные – 1 стакан, финики – 1 стакан, курага – 1/2 стакана, изюм – 2 столовые ложки, цукаты из апельсиновых корок – 1 столовая ложка, сок лимонный – 1/2 чайной ложки, вода – 3 столовые ложки

Способ приготовления

Большую часть орехов растолочь, а остальные нарезать крупными кусочками. Желтки растереть с сахаром и смешать с орехами. Добавить в эту массу раскрошенный белый хлеб, измельченные цукаты и сухофрукты, теплую воду и лимонный сок. Перемешать и добавить взбитые белки. Еще раз перемешать и осторожно выложить в форму, смазанную маслом.

Запекать при мощности немного выше средней в течение 15 минут. Готовый торт вынуть из формы, дать остыть.

Приготовить шоколадную глазурь: в небольшом количестве воды распустить шоколад, добавить сливочное масло. После этого растереть до получения однородной массы и облить торт.

Бисквитный торт с какао

Компоненты

Для теста:

Мука – 1/2 стакана, порошок какао – 2 чайные ложки, сахар – 2/3 стакана, маргарин – 1/2 пачки, яйца – 3 шт., вода – 2 столовые ложки

Для крема:

молоко сгущенное – 1 банка, масло сливочное – 100 г, ванилин – на кончике ножа.

Способ приготовления

Растопить маргарин и растереть его с сахаром до получения однородной смеси. Порошок какао тщательно перемешать с мукой, добавить теплую воду и яйца. Полученную смесь добавить к маргарину, растертому с сахаром. Перемешать и взбить.

Готовое тесто уложить в цилиндрическую форму, выровнять верх. Выпекать на решетке при полной мощности в течение 5 минут. После этого вынуть торт из печи, дать немного постоять и извлечь из формы. Остудить и разрезать на две части.

Приготовить крем. Для этого сгущенное молоко взбить со сливочным маслом. Добавить ванилин. Один корж можно смазать джемом или вареньем, другой – кремом.

Торт с миндалем и пряностями

Компоненты

Мука – 1 стакан, сахар – 1 стакан, яйца – 4 шт.,

масло сливочное – 1 столовая ложка, миндаль – 2 столовые ложки, изюм – 2 столовые ложки, вода теплая – 2 столовые ложки, пудра сахарная – 1 столовая ложка, порошок какао – 1 столовая ложка, корица молотая, гвоздика молотая

Способ приготовления

Миндаль и изюм обдать кипятком, обсушить. Изюм мелко нарезать, с миндаля снять кожицу и тоже измельчить. Отделить белки от желтков. Белки взбить в крепкую пену, желтки растереть с сахаром.

В смесь желтков с сахаром добавить муку, теплую воду, измельченные миндаль и изюм, взбитые белки и пряности. Тщательно растереть до получения однородного состояния.

Готовое тесто выложить в смазанную маслом форму и выпекать 7 минут при средней мощности. После этого вынуть торт из формы и остудить.

Посыпать торт сахарной пудрой и порошком какао.

Торт лимонный со сгущенным молоком

Компоненты

Мука – 1 стакан, масло сливочное охлажденное – 1/2 пачки, яйца – 4 шт., крахмал – 1 столовая ложка, лимоны – 4 шт., молоко сгущенное – 1/2 банки, пудра сахарная – 1/2 стакана, соль, мята или мелисса

Способ приготовления

Смешать муку, соль, сливочное масло, яичный желток и замесить тесто. Если потребуется, добавить немного холодной воды. Готовое тесто завернуть в полиэтилен и поместить в холодильник на 20 минут.

Тем временем подготовить лимоны. Для этого вымыть их горячей водой, обсушить, выжать сок, а цедру натереть на терке. Отлить стакан сока и вскипятить его.

Крахмал развести в воде, влить горячий лимонный сок и довести до кипения, добавить лимонную цедру и снять кастрюлю с плиты. Помешивая, ввести в получившийся пудинг по одной ложке желтки, смешанные со сгущенным молоком, немного остудить.

Тесто достать из холодильника, выложить в форму. Выпекать при полной мощности 3–3,5 минуты. Вынуть торт из печи и равномерно разложить по его поверхности пудинг. Затем сделать

мощность нагрева ниже средней и держать торт в печи еще 3 минуты.

Остудить торт, не вынимая из формы. Взбить яичные белки, постепенно вводя сахарную пудру.

Готовый торт смазать взбитыми белками и слегка подогреть в печи. Посыпать сахарной пудрой и украсить листочками мяты или мелиссы.

Торт «Птичье гнездо»

Компоненты

Мука – 3 стакана, сахар – 2 стакана, сметана – 1 стакан, мед – 2 столовые ложки, масло сливочное – 1/2 пачки, яйца – 2 шт., шоколад – 1 плитка, сода пищевая гашеная – 1 чайная ложка

Способ приготовления

Из муки, 1 стакана сахара, меда, сливочного масла, яиц, соды замесить тесто. Сформовать из него шарики величиной с орех. Выложить их на противень, смазанный маслом, и выпекать при средней мощности в течение 5 минут.

Теперь начинается постройка «гнезда». На плоское блюдо уложить слоем шарики (дно), залить растопленным шоколадом. Затем сделать из шариков бортик («гнездо») и тоже залить растопленным шоколадом. Оставшиеся шарики положить внутрь «гнезда» и залить сметанным кремом. Это будут «яйца». Готовый торт на 2 часа поставить в холодильник.

Сметанный крем готовится так: взбить сметану с 1 стаканом сахара.

Торт с клубничным джемом

Компоненты

Мука – 1 стакан, сахар – 1 1/2 стакана, яйца – 6 шт., вода теплая – 2 столовые ложки, сахар ванильный – 2 пакетика, разрыхлитель – 1 чайная ложка, масло сливочное – 100 г, миндаль измельченный – 2 столовые ложки, джем абрикосовый – 1 столовая ложка, джем клубничный – 1 столовая ложка, шоколад – 1 плитка, соль.

Способ приготовления

Теплую воду, 1 стакан сахара, 1 пакетик ванильного сахара, 2 желтка взбить до однородного состояния.

В отдельной посуде взбить 2 белка с солью и выложить на желтковую массу. После этого смешать муку, разрыхлитель и через сито сверху просеять на белково-желтковую массу и осторожно перемешать.

Готовое тесто выложить в смазанную маслом форму и выпекать при полной мощности в течение 5 минут.

Вынуть торт из печи, дать постоять 2 минуты и извлечь из формы. Дать полностью остыть и разрезать на 3 коржа.

4 яйца взбить, постепенно добавляя оставшийся сахар. Затем полученную массу поставить на водяную баню и взбивать в течение 2 минут. После этого немного остудить.

Масло сливочное растереть и взбить с оставшимся ванильным сахаром до пышного состояния. Соединить яично-сахарную смесь со взбитым сливочным маслом и взбить еще раз.

После этого начать сборку и украшение торта. Коржи смазать полученным кремом, сложить один на другой и обмазать кремом с боков. Обсыпать миндалем, посередине из абрикосового и клубничного джема сделать сердечко и посыпать торт натертым шоколадом.

Готовый торт на 30 минут нужно поставить в холодильник.

Торт с ревенем и клубникой

Компоненты

Мука – 2 1/2 стакана, яйца – 3 шт., разрыхлитель – 1/2 пакетика, крахмал – 2 столовые ложки, крупа манная – 2 столовые ложки, сахар – 2 стакана, масло сливочное – 100 г, молоко – 2 стакана, ревень – 200 г, сок яблочный – 2 стакана, шоколад – 1 маленькая плитка, клубника – 5 шт., печенье (любое) – 7 шт.

Способ приготовления

Сначала отделить желтки от белков. Затем взбить сливочное масло, 2 желтка и 1 стакан сахара. Отдельно взбить 2 белка и соединить с желтками. Муку смешать с разрыхлителем и высеять на яичную смесь, после чего перемешать. Готовое тесто переложить в форму, застеленную пергаментной бумагой. Выпекать при средней мощности 5 минут. Вынуть форму из печи, торт остудить.

Довести до кипения молоко, добавить в него немного сахара,

манную крупу и яичный желток. Полученную смесь довести до кипения и дать крупе разбухнуть. После этого вынуть из печи и остудить. Добавить яичный белок, взбитый с сахаром.

Ревень очистить, вымыть и измельчить. Положить его в кастрюлю, добавить немного сахара и яблочный сок, проварить при слабой мощности 3 минуты. После этого положить в кастрюлю разведенный в воде крахмал и довести до кипения при той же мощности.

Вынуть кастрюлю из печи и остудить.

Корж положить на блюдо и смазать массой из ревеня, сверху поместить манную массу и поставить в холодильник на 10 минут.

Печенье измельчить, положив его в пакет и прокатав скалкой. Вынуть торт из холодильника, обсыпать крошками печенья, посыпать натертым шоколадом и украсить ягодами клубники.

Торт фруктовый с творогом

Компоненты

Мука пшеничная – 1 стакан, яйца – 3 шт., сахар – 1 стакан, сахар ванильный – 2 пакетика, масло сливочное – 2 столовые ложки, творог жирный – 200 г, желатин – 1/2 пакетика, вода – 1/2 стакана, сок лимонный – 6 столовых ложек, сливки – 1 стакан, мандарины – 2 шт., сливы – 5 шт., виноград – 1 гроздь, персики – 3 шт., ананас – несколько ломтиков, физалис – 2–3 шт., миндаль рубленый – 2 столовые ложки, сок фруктовый (виноградный, яблочный) – 1 стакан

Способ приготовления

Взбить в крутую пену яйца с 1 стаканом сахара, добавить пакетик ванильного сахара. Сверху просеять муку, добавить растопленное сливочное масло и осторожно перемешать. Переложить его в форму, застеленную пергаментной бумагой.

Выпекать при мощности ниже средней в течение 8 – 10 минут.

В небольшой кастрюльке смешать лимонный сок и воду, добавить желатин, оставшийся сахар и дать постоять 4–5 минут. После этого прогреть до той поры, пока сахар не растворится. После этого сироп нужно остудить.

В отдельной посуде соединить творог и ванильный сахар, добавить теплый сироп, перемешать и поставить на 20 минут в холодильник.

Взбить сливки и добавить в крем.

Торт разрезать на 2 части. Нижнюю положить на блюдо, смазать творожным кремом, накрыть вторым коржом и прижать. Сверху на торт выложить оставшийся творожный крем таким образом, чтобы по краю образовался бортик, и поставить на 1 час в холодильник.

Украсить фруктами поверхность торта. Миндалем обсыпать края.

Сок подогреть, добавить желатин. Когда желатин растворится, залить смесью поверхность торта и снова поставить его в холодильник на 20 минут.

Торт ягодный со сметаной

Компоненты

Мука – 1 стакан, сахар – 2 стакана, крахмал – 1 столовая ложка, порошок какао – 3 чайные ложки, ванильный сахар – 1 пакетик, яйца – 6 шт., свежая клубника – 2 стакана, свежая малина – 1 стакан, малиновый джем – 2 столовые ложки, сметана – 2 стакана, масло сливочное – 1 столовая ложка

Способ приготовления

Взбить яйца с 1 стаканом сахара до получения крепкой пены. В посуде смешать крахмал, муку, порошок какао и просеять на яичную массу, осторожно перемешать.

Готовое тесто переложить в смазанную маслом форму и выпекать при средней мощности в течение 10 минут. После этого вынуть форму из печи и немного остудить. Затем корж извлечь из формы.

Ягоды вымыть, обсушить. Несколько ягод клубники оставить с чашелистиками и отложить их вместе с малиной – они послужат украшением торта.

Смешать ягоды с оставшимся сахаром и истолочь в пюре. 1 стакан сметаны взбить с ванильным сахаром и смешать с ягодным пюре.

Остывший корж разрезать на 3 части, нижний смазать ягодно-сметанным кремом, положить второй корж, смазав оставшимся кремом, затем третий. Поставить в холодильник на 3 часа.

Оставшуюся сметану взбить в пену и обмазать торт. Верх украсить малиновым джемом, а также ягодами клубники и малины.

Торт с лимонной цедрой и ягодами

Компоненты

Мука – 1 стакан, сахар – 1 стакан, молоко – 1 стакан, масло сливочное – 100 г, крахмал – 1 столовая ложка, яйца – 6 шт., цедра лимонная натертая – 1 чайная ложка, порошок ванильного пудинга – 1 пакетик, смесь красных ягод (малина, красная смородина, клубника, ежевика, вишня без косточек) – 4 стакана, листочки миндальные – 1 горсть, красная заливка для торта – 1 пакетик, вода теплая – 6 столовых ложек.

Способ приготовления

Белки отделить от желтков, взбить в крутую пену. Сливочное масло измельчить и распустить на горячей водяной бане. Яичные желтки и теплую воду взбить до пышного состояния. Постепенно всыпая сахар, взбить до образования крема. Добавить в желтковую массу взбитые белки. Смешать муку с крахмалом, натертой лимонной цедрой и сливочным маслом, соединить с яичной массой и замесить тесто.

Переложить тесто в форму, застеленную пергаментной бумагой. Выпекать при мощности ниже средней 8 минут. Вынуть форму из печи и остудить.

Растворить в молоке 2 столовые ложки сахара и порошок пудинга. Нагреть, помешивая, до загустения массы, после этого остудить.

Ягоды перебрать, очистить, вымыть, посыпать 1–2 столовыми ложками сахара и оставить до появления сока. Миндальные листочки обжарить до золотистого цвета.

Ягоды откинуть на сито, образовавшийся сок слить в отдельную посуду. Бисквит поместить на блюдо, смазать ванильным кремом и выложить ягоды. Используя ягодный сок, приготовить заливку для торта. Покрыть ею торт, плотно прижать к его бокам миндальные листочки.

Пирожные

Пирожные «Сластена»

Компоненты

Мука – 2 стакана, сахар – 1/2 стакана, масло сливочное – 100 г, яичные желтки – 3 шт., вода – 3 столовые ложки, цедра одного лимона, сахарная пудра для посыпки

Способ приготовления

Из муки, сахара, теплой воды, сливочного масла, 2 желтков, мелко нарезанной лимонной цедры замесить тесто.

На противень, смазанный маслом, выложить сформованные из готового теста шарики и выпекать при мощности выше средней 2 минуты.

Вынуть противень из печи, смазать готовые шарики желтком, обсыпать сахарной пудрой и прогревать в печи при той же мощности 30 секунд.

Пирожные «Негро»

Компоненты

Мука – 1/2 стакана, масло сливочное – 130 г, сахар – 3 столовые ложки, порошок какао – 1 столовая ложка, пудра сахарная – 2 столовые ложки, кофе черный – 1 столовая ложка

Способ приготовления

Смешать муку, сахар, какао, добавить большую часть сливочного масла, хорошо растереть. После этого полученную массу взбить до пышности. Застелить противень пергаментной бумагой и выложить на него сформованные из теста шарики, слегка приплюснув их. Выпекать при средней мощности 3 минуты. Вынуть противень из печи и дать остыть.

Взбить оставшееся масло, сахарную пудру и свежеприготовленный черный кофе. Половину пирожных смазать кремом и соединить с остальными попарно. Посыпать сахарной пудрой.

Пирожные с пряностями

Компоненты

Мука – 1 1/2 стакана, сахар – 1/2 стакана, масло сливочное – 100 г, молоко теплое – 1/2 стакана, белки яичные – 2 шт., орех молотый мускатный, корица

молотая, имбирь молотый, перец черный молотый, кардамон молотый, пудра сахарная, сода – на кончике ножа

Способ приготовления

Соду растворить в теплом молоке, сливочное масло взбить, все смешать и хорошо растереть. Затем добавить сахар и пряности, всыпая их постепенно небольшими порциями. Всыпать муку и замесить тесто. Раскатать его в тонкий корж и формочкой нарезать различные фигурки. На противень постелить пергаментную бумагу и выложить пирожные. Выпекать при средней мощности 3 минуты. Вынуть из печи противень с пирожными и дать немного постоять.

Белки взбить с сахарной пудрой в крутую пену, смазать поверхность пирожных и поставить в печь для подсушивания.

Пирожные «Творожные»

Компоненты

Мука – 2 1/2 стакана, сахар – 3 столовые ложки, яйца – 2 шт., маргарин – 2 столовые ложки, молоко – 2 столовые ложки, творог кислый – 1 пачка, масло сливочное топленое – 1 столовая ложка, джем абрикосовый – 1 стакан, изюм – 2 столовые ложки, миндаль измельченный – 1/2 стакана, разрыхлитель – 1 пакетик, корица, соль

Способ приготовления

Из муки, разрыхлителя, яиц, творога, маргарина, сахара, соли, молока замесить тесто. Раскатать его прямоугольным пластом, смазать топленым маслом и абрикосовым джемом. Сверху выложить миндаль и изюм. Свернуть рулетом и нарезать небольшими кусками. Куски рулета переложить в форму (срезами вниз), смазанную маслом. Выпекать 4 минуты при полной мощности.

Вынуть из печи, немного остудить и посыпать смесью сахара и корицы.

Пирожные с курагой

Компоненты

Мука – 6 столовых ложек, сахар – 1 стакан, яйца – 6 шт., курага – 1 стакан, орехи измельченные – 1 стакан, повидло яблочное – 5 столовых ложек, вода – 3 столовые ложки

Способ приготовления

Отделить белки от желтков. Желтки взбить с сахаром до густой пены. Белки взбить отдельно.

Замесить тесто из муки, теплой воды, орехов, кураги, желтковой массы. На противень, застеленный пергаментной бумагой, выложить тесто. Выпекать при полной мощности 7 минут. Вынуть из печи, немного остудить. Поверхность смазать яблочным повидлом и белковой массой. Поставить противень еще на 1 минуту в печь, чтобы белковая масса высохла. После этого нарезать на куски.

Пирожные с ромом

Компоненты

Мука – 3 стакана, масло сливочное – 200 г, орехи грецкие рубленые – 1 стакан, изюм – 1 стакан, сахар – 1 стакан, ром – 4 столовые ложки, вода – 6 столовых ложек, шоколад – 1 плитка, джем абрикосовый – 1 стакан, яйца – 5 шт., цедра лимонная – 1 чайная ложка, разрыхлитель – 1 чайная ложка, корица – 1 чайная ложка, перец душистый, соль

Способ приготовления

Изюм, грецкие орехи, ром и воду смешать и поставить в холодильник на 12 часов.

Из части муки, половинной нормы масла, 1 столовой ложки сахара, соли, цедры и 1 яйца замесить тесто. Его также нужно поместить в холод на 12 часов.

К охлажденной ореховой массе добавить натертый шоколад и пряности.

Форму смазать маслом, выложить в нее тесто и разровнять его поверхность. Сверху выложить ореховую массу. Взбить 4 яйца, оставшееся масло, сахар и муку, добавить разрыхлитель. Эту смесь выложить на ореховую массу и выпекать при полной мощности 4 минуты.

Готовую выпечку нарезать ромбиками, треугольниками, квадратами и украсить джемом и орехами.

Мини-пирожные «Ванильные»

Компоненты

Мука – 2 стакана, порошок какао – 4 чайные ложки, кофе молотый натуральный – 1/2 столовой ложки, масло сливочное – 100 г, пудра сахарная – 1 столовая ложка, ванилин.

Способ приготовления

Смешать муку, какао и кофе, добавить сахарную пудру, ванилин, сливочное масло. Замесить тесто и поставить на 1 час в холодильник.

Из готового теста сформовать шарики и выложить на застеленный пергаментной бумагой противень, немного примяв вилкой.

Выпекать при средней мощности 5 минут.

Пирожные «Ореховые» с красным вином

Компоненты

Мука – 1 столовая ложка, крахмал – 1 столовая ложка, сахар – 1 стакан, порошок какао – 4 столовые ложки, разрыхлитель – 1 столовая ложка, яйца – 4 шт., орехи грецкие очищенные измельченные – 1/2 стакана, желатин – 2 чайные ложки, сливки – 1/2 стакана, вино красное – 1/2 стакана, вода холодная – 2 столовые ложки, корица, гвоздика, цедра лимона, мята, соль

Способ приготовления

Два яичных белка взбить с солью, холодной водой и половиной стакана сахара, затем ввести 2 желтка. Смешать муку, крахмал, какао, разрыхлитель. Соединить мучную смесь с яичной. Противень застелить пергаментной бумагой и намазать на нее тесто. Выпекать при средней мощности 5 минут. Вынуть противень из печи и переложить выпечку на полотенце.

Желатин замочить в воде. В небольшой кастрюльке разогреть вино и опустить в него на 10 минут марлевый мешочек с пряностями. В результате получится глинтвейн. Желатин отжать и растворить в горячем вине. Два желтка взбить с оставшимся сахаром, ввести глинтвейн. Взбить отдельно 2 белка и сливки. Как только желатин начнет застывать, добавить в глинтвейн

сливки и взбитые белки.

Корж разрезать на 2 части. На одну половину намазать желированный крем, накрыть второй половиной, слегка прижать и поставить в холодильник на 2 часа. После этого нарезать небольшими кусочками прямоугольной формы. Посыпать орехами.

Пирожные с персиками

Компоненты

Мука – 2 стакана, разрыхлитель – 3 чайные ложки, сахар – 2 1/2 стакана, масло растительное – неполный стакан, лимонад желтый – 1 стакан, сахар ванильный – 6 пакетиков, персики свежие – 10 шт., сливки – 3 стакана, сметана жирная – 2 стакана, яйца – 2 шт.

Способ приготовления

Яйца смешать с сахаром и 1 пакетиком ванильного сахара. Растереть в пышную массу, добавить растительное масло и лимонад. Взбить до получения плотного светлого крема.

Муку и разрыхлитель смешать, просеять поверх крема и продолжать взбивать. На противень, смазанный жиром, выложить тесто. Выпекать при мощности ниже средней 10 минут.

Свежие персики ошпарить кипятком и снять с них кожицу. Разрезать пополам каждый персик, удалить косточку и измельчить.

Сливки и 3 пакетика ванильного сахара взбить в крутую пену. Перемешать сметану и 2 пакетика ванильного сахара, добавить измельченные персики. Взбитые сливки очень осторожно, перемешивая, ввести в сметанно-персиковую массу.

Полученный крем распределить по поверхности остывшего коржа. Дать постоять 20 минут, после чего нарезать кусочками.

Пироги

Пирог с томатами

Компоненты

Мука – 2 1/2 стакана, молоко теплое – 1/2 стакана, яйцо – 1 шт., дрожжи сухие – 2 чайные ложки, масло

сливочное растопленное – 3 столовые ложки, масло растительное – 5 столовых ложек, томаты – 10 шт., чеснок – 4–6 зубчиков, зелень измельченная, сахар, соль, перец.

Способ приготовления

Смешать муку, соль, сахар, влить дрожжи, разведенные в теплом молоке, и замесить тесто. Добавить сливочное масло и яйцо, месить, пока тесто не перестанет прилипать к рукам. Накрыть его салфеткой и дать постоять в теплом месте 45 минут.

Тем временем почистить и измельчить чеснок и томаты.

Тесто раскатать в пласт, переложить на смазанный жиром противень, смазать сверху растительным маслом, разложить томаты и чеснок, посолить, поперчить и посыпать зеленью.

Выпекать при полной мощности 5 минут.

Пирог дрожжевой с овощами

Компоненты

Мука – 1 1/2 стакана, вода – 1/2 стакана, дрожжи – 2 чайные ложки, перец сладкий красный – 1 шт., перец сладкий желтый – 1 шт., перец сладкий зеленый – 1 шт., помидорыкрупные мясистые – 2 шт., оливки зеленые – 10 шт., сыр соленый мелко нарезанный – 1 стакан, сухари ржаные молотые – 2 столовые ложки, масло растительное – 1/2 стакана, зелень измельченная, сахар, соль, перец черный молотый.

Способ приготовления

Из муки, воды, дрожжей, сахара, соли, сухарей замесить тесто. Добавить немного растительного масла и снова хорошо вымесить. Накрыть салфеткой и поставить в теплое место, чтобы оно подошло. Сладкий перец нарезать узкими полосками, с помидоров снять кожицу и нарезать небольшими кусочками.

Тесто раскатать и выложить на противень, смазанный маслом. Сверху разложить нарезанные перец и помидоры, оливки, посолить, поперчить, посыпать измельченным соленым сыром и зеленью, сбрызнуть растительным маслом.

Выпекать при полной мощности в течение 5–7 минут.

Пирог по-немецки

Компоненты

Мука – 1 стакан, масло сливочное охлажденное – 100 г, яйца – 4 шт., лук зеленый – 3 пучка, лосось копченый – 1 крупный кусок, сметана – 2 стакана, перец черный молотый, перец кайенский, соль

Способ приготовления

Из муки, соли, 1 яйца, сливочного масла замесить тесто. Положить его на 15 минут в холодильник. Зеленый лук нарезать и пассеровать в сливочном масле, посолить, поперчить, остудить.

Копченого лосося нарезать полосками и смешать с обжаренным зеленым луком. Оставшиеся яйца, кайенский перец, соль, сметану, черный перец хорошо перемешать.

Готовое тесто раскатать в пласт и переложить на смазанный маслом противень, приподняв немного края. Сверху на тесто выложить кусочки лосося с луком и залить яичной смесью.

Выпекать при мощности выше средней 6 минут.

Пирог с сыром и сметаной

Компоненты

Мука – 1 стакан, маргарин – 1/2 пачки, яйца – 4 шт., лук репчатый – 1 шт., сыр натертый острых сортов – 1 стакан, лук зеленый – 2 пучка, сметана – 1 стакан, зелень измельченная, перец, соль

Способ приготовления

Из муки, 1 яйца, маргарина, соли замесить тесто. Положить его на 20 минут в холодильник.

Тем временем подготовить начинку. Измельчить зеленый лук, репчатый нарезать кольцами.

Готовое тесто раскатать, выложить в смазанную жиром форму, сделав по краям бортики. Поставить в печь на 20 секунд.

Приготовить сметанный соус: смешать сметану, 3 яйца, соль, перец, зеленый и репчатый лук, зелень.

Вынуть из печи пирог, полить сметанным соусом, сверху выложить натертый сыр и выпекать при средней мощности в течение 5 минут.

Пирог с копченым окороком и сладким перцем

Компоненты

Мука – 1 1/2 стакана, масло сливочное – 150 г, молоко теплое – 4 столовые ложки, перцы сладкие – 3 шт., сметана – 2 стакана, окорок мелко нарезанный копченый – 4 столовые ложки, суп луковый – 1 пакет, сыр натертый – 3 столовые ложки, соль

Способ приготовления

Замесить тесто из муки, молока, сливочного масла и соли, положить его на 40 минут в холодильник.

Тем временем подготовить начинку. Перец нарезать полосками, луковый суп из пакета смешать со сметаной. Соединить полоски перца с луково-сметанной смесью.

Готовое тесто раскатать в пласт и переложить на смазанный маслом противень, приподняв немного края. На тесто выложить луково-перечную смесь, кубики копченого окорока, посыпать натертым сыром.

Выпекать при средней мощности 10 минут.

Пирог с грибами и картофелем

Компоненты

Грибы сушеные – 6 шт., картофель – 6 шт., яйца – 4 шт., сыр острых сортов натертый – 4 столовые ложки, масло сливочное – 150 г, чеснок – 3 зубчика, зелень, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Картофель почистить и нарезать тонкими ломтиками. Грибы залить теплой водой и дать постоять 1 час. По истечении этого времени грибы отварить в той же воде, в которой они вымачивались, выпарив жидкость наполовину. Зелень вымыть и измельчить. Чеснок пропустить через чеснокодавилку. Смешать грибы, зелень, чеснок, яйца, сыр, сливочное масло, посолить, поперчить.

Форму смазать маслом и выложить туда слоями картофель и грибную массу так, чтобы верхним слоем были грибы.

Выпекать при средней мощности 10 минут.

Пирог с сыром и желтками

Компоненты

Мука – 2 стакана, молоко – 1 стакан, яйца – 3 шт., масло сливочное – 2 столовые ложки, сода питьевая – 1/2 чайной ложки, сыр мягких сортов натертый – 2 стакана, желтки яичные – 2 шт.

Способ приготовления

Муку смешать с содой, добавить молоко, 2 яйца и замесить тесто. Раскатать его в 2 лепешки.

В смазанную маслом форму положить лепешку, смазать маслом, сверху на нее выложить начинку и накрыть второй лепешкой. Края защипнуть, верх смазать яйцом.

Для приготовления начинки следует хорошо перемешать сыр, яичные желтки, сливочное масло.

Выпекать пирог 4 минуты при максимальной мощности. Затем проколоть в нем несколько дырочек и подержать в печи еще 2 минуты при той же мощности.

Пирог мясной с хреном

Компоненты

Мука – 2 1/2 стакана, масло сливочное – 150 г, молоко – 1/2 стакана, фарш мясной – 300 г, сыр острый натертый – 2 столовые ложки, яйцо – 1 шт., соус острый томатный или кетчуп – 1 столовая ложка, хрен натертый – 1/2 столовой ложки, горчица – 1 чайная ложка, хлеб белый – 1 ломоть, вода – 1/2 стакана, сухари панировочные – 1 столовая ложка, соль, сахар

Способ приготовления

Для выпечки этого пирога понадобится слоеное тесто. Готовить его нужно так. Растворить в молоке соль и сахар, добавить масло сливочное, муку и быстро вымесить, чтобы тесто было гладким и блестящим.

Поместить тесто в холодильник на 2–3 часа, а затем раскатать его 3 раза, каждый раз складывая в 4 слоя.

Белый хлеб замочить в воде, раскрошить. Смешать фарш, хлеб, яйцо, соус, хрен, горчицу. Форму выстелить пергаментной бумагой и положить на нее раскатанное тесто. Сверху выложить начинку, посыпать сыром и панировочными сухарями.

Выпекать при мощности ниже средней 15 минут.

Пирог с рыбой и копченым салом

Компоненты

Мука – 2 1/2 стакана, масло сливочное – 1 столовая ложка, вода – 2 стакана, лук репчатый – 1 шт., филе рыбы – 2 крупных куска, сало копченое – 1 кусок, яйцо – 1 шт., перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Из муки, масла, воды и соли замесить тесто. Накрыть салфеткой и дать немного постоять.

Готовое тесто раскатать в 2 тонкие лепешки. Одну из них положить в форму, выложить начинку и прикрыть второй лепешкой, края пирога защипнуть. Смазать пирог сверху яйцом и проколоть в нескольких местах.

Для начинки нарезать лук и сало, а также рыбное филе. Посолить, поперчить.

Выпекать пирог при полной мощности в течение 8 минут.

Пирог с творогом и изюмом

Компоненты

Мука – 2 стакана, маргарин – 200 г, молоко – 1 стакан, сахар – 5 столовых ложек, творог – 200 г, масло сливочное – 100 г, яйца – 3 шт., изюм – 1/2 стакана, цедра лимона натертая – 1 столовая ложка, сахар ванильный – 1 пакетик, соль

Способ приготовления

Маргарин нарезать мелкими кусочками и смешать с мукой. Растворить в молоке соль и 1 столовую ложку сахара, добавить в муку. Замесить тесто и положить в холодильник на 3 часа. Затем раскатать его 2–3 раза, складывая в несколько слоев. В результате получится слоеное тесто. Готовое тесто раскатать в лепешку с бортиками и положить в форму.

Приготовить начинку: творог пропустить через мясорубку, взбить масло с сахаром, добавить 2 яйца, цедру, изюм, ванильный сахар и все перемешать. Полученную массу выложить на тесто, смазать взбитым яйцом.

Выпекать пирог в течение 10 минут при средней мощности.

Пирог на кефире

Компоненты

Мука – 3 стакана, маргарин – 250 г, кефир – 1 стакан, сода питьевая – 1/2 чайной ложки, лук репчатый – 1 шт., грибы сухие – 1 стакан, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Грибы замочить в теплой воде на 2 часа. По истечении этого времени слить воду, грибы измельчить и смешать с мелко нарезанным луком, добавить соль и перец.

Маргарин распустить на горячей водяной бане, смешать с кефиром и содой.

Понемногу добавляя муку, замесить тесто. Дать постоять ему примерно 45 минут.

В смесь грибов и лука добавить немного воды и прогревать в печи при полной мощности 1 минуту.

Раскатанное тесто уложить в форму, сделав по краям бортики. Сверху выложить начинку. Выпекать пирог при средней мощности 6 минут.

Пирог с зеленым луком и мускатным орехом

Компоненты

Мука – 1 стакан, творог – 200 г, яйца – 5 шт., сметана – 1 неполный стакан, лук зеленый – 2 пучка, сыр натертый – 2 столовые ложки, сало копченое – 1 кусок, орех мускатный натертый, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Смешать муку, творог и 1 яйцо, посолить, добавить натертый мускатный орех и замесить тесто. Поместить его в холодильник на 1 час.

Зеленый лук нарезать небольшими кусочками и бланшировать в подсоленной воде 1 минуту. Сало, нарезанное ломтиками, обжарить на обычной сковороде. Приготовить смесь из сметаны, 4 яиц, соли, мускатного ореха и черного молотого перца.

Готовое тесто раскатать в лепешку и выложить в форму, смазанную маслом, немного приподняв края. Сверху высыпать

половину натертого сыра, затем слой лука и сала, посыпать оставшимся сыром. Все залить яичной массой и выпекать при мощности ниже средней 25 минут.

Пирог с грибами и копченостями

Компоненты

Мука – 2 стакана, яйца – 3 шт., сметана – 1 стакан, творог – 100 г, сыр натертый – 3 столовые ложки, мясо копченое – 1 кусок небольшого размера, сало копченое – 1 кусок небольшого размера, окорок копченый – 1 кусок небольшого размера, грибы сушеные – 4 шт., лук зеленый – 2 пучка, арахис соленый – 2 столовые ложки, жир, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Из муки, 1 яйца, творога и соли замесить тесто. Положить его на 1 час в холодильник.

Копчености нарезать кубиками и обжарить на обычной сковороде до образования румяной корочки. Зеленый лук измельчить и залить на 5 минут подсоленным кипятком. Затем откинуть на дуршлаг. Смешать сметану, оставшиеся яйца, перец и соль. Грибы залить теплой водой на 1,5 часа, после чего воду слить, а грибы измельчить.

В смазанную жиром форму выложить раскатанное тесто, приподняв края. На тесто выложить половину сыра, а затем слоями поджаренные копчености, измельченные грибы и половину арахиса. Посыпать оставшимся сыром и залить яичной смесью.

Выпекать пирог при мощности ниже средней 15 минут, после чего посыпать оставшимся арахисом.

Пирог «Деревенский»

Компоненты

Мука – 1 стакан, вода холодная – 6 столовых ложек, лук репчатый – 2 шт., сало копченое – 1 кусок, масло сливочное – 100 г, яйца – 4 шт., сливки – 1/2 стакана, сыр натертый – 3 столовые ложки, лук зеленый – 1 пучок, укроп – 1 пучок, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Замесить тесто из муки, масла, соли, яичного желтка и холодной воды. Положить его на 30 минут в холодильник.

Копченое сало нарезать кубиками и обжарить на сковороде вместе с нарезанным репчатым луком. Яйца, сливки, сыр, измельченный зеленый лук смешать, посолить, поперчить.

Положить в форму, смазанную маслом, раскатанное тесто. Сверху выложить обжаренное сало с луком, залить яичной смесью.

Выпекать на средней мощности 15 минут. Готовый пирог посыпать измельченным укропом.

Пирог с баклажанами

Компоненты

Мука – 3 стакана, вода теплая – 2 столовые ложки, масло сливочное – 150 г, баклажаны – 2 шт., лук репчатый – 1 шт., бекон – 100 г, яйца – 2 шт., сметана – 1/2 стакана, белок яичный – 1 шт., перец молотый черный, зелень измельченная, соль

Способ приготовления

Муку растереть с маслом, добавить теплую воду и замесить тесто. На дно формы постелить лист пергаментной бумаги и выложить раскатанное в пласт тесто, смазать яичным белком.

Баклажаны нарезать кубиками, добавить мелко нарезанный лук и ломтики бекона, посолить, поперчить. Прогревать в печи при максимальной мощности 1 минуту.

Выложить баклажанную смесь на тесто и залить яйцами, взбитыми со сметаной. Выпекать при мощности ниже средней 20 минут. Готовый пирог посыпать зеленью.

Пирог с мясом цыпленка

Компоненты

Тесто слоеное – 1 пачка, масло сливочное – 100 г, мясо цыпленка вареное – 400 г, лук репчатый – 1 шт., сыр натертый – 2 столовые ложки, яйцо вареное – 1 шт., рис отварной – 2 столовые ложки, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Замесить слоеное тесто так, как описано в предыдущих рецептах.

Разделать вареного цыпленка: мясо отделить от костей, смешать с рисом, рубленым вареным яйцом и измельченным луком. Добавить соль, перец, масло и хорошо перемешать.

Из готового теста раскатать 2 лепешки. Одну уложить в смазанную маслом форму, выложить на нее начинку, прикрыть второй лепешкой, края защипнуть. Верх пирога смазать маслом и посыпать натертым сыром.

Выпекать при средней мощности 15 минут.

Пирог с зеленью

Компоненты

Мука – 2 стакана, молоко – 3 столовые ложки, дрожжи – 2 чайные ложки, масло сливочное – 1 столовая ложка, укроп – 2 пучка, сметана – 2 столовые ложки, яйца – 2 шт., сахар – 1 чайная ложка, соль

Способ приготовления

В посуду налить молоко, всыпать сахар, перемешать и прогревать в печи при максимальной мощности 1 минуту. Потом добавить муку и дрожжи.

Укроп вымыть, обсушить и измельчить. Сливочное масло прогревать в печи при максимальной мощности в течение 30 секунд. Масло и укроп смешать с опарой, добавить сметану, яйца и соль. Замесить тесто. После этого поставить его в печь для расстойки при средней мощности на 20 секунд. Посыпать тесто мукой и еще раз вымесить.

Форму смазать маслом, выложить в нее тесто и поставить для расстойки на 15 секунд при средней мощности. Вынуть тесто из печи, дать немного постоять и повторить процесс расстойки еще 2 раза.

Выпекать сначала 5 минут при средней мощности, а затем 4 минуты – при максимальной.

Пирог с овощами и сыром

Компоненты

Мука – 2 1/2 стакана, яйца – 4 шт., масло сливочное

– 200 г, кабачки цуккини – 2 шт., помидоры – 4 шт., сметана – 1/2 стакана, сыр натертый – 1 стакан, зелень петрушки или укропа рубленая, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Из муки, 1 яйца, соли и сливочного масла замесить тесто. Поместить его в холодильник на 40 минут. Помидоры и кабачки нарезать ломтиками, взбить 3 яйца со сметаной, добавить в яично-сметанную смесь специи и зелень.

Из 2/3 теста раскатать лепешку и уложить в смазанную маслом форму. Сверху высыпать сыр и залить яично-овощной смесью. Из оставшегося теста сделать полоски, уложить на пирог в виде решетки, смазать маслом.

Выпекать при полной мощности 7 минут.

Пирог с малиной

Компоненты

Мука – 3 стакана, маргарин – 200 г, вода – 1/2 стакана, сахар – 1 стакан, ягоды малины свежие – 2 стакана, соль

Способ приготовления

Растворить в воде 1 столовую ложку сахара и соль, добавить маргарин и муку, замесить тесто. Накрыть салфеткой и поставить в холодильник на 2 часа. После этого раскатать тесто 2–3 раза, каждый раз складывая его в несколько слоев.

Форму смазать маслом, выложить на нее лепешку из теста, немного приподняв края. Сверху выложить свежие ягоды малины, посыпать сахаром. Выпекать при средней мощности 10 минут.

Совет. В данном рецепте можно использовать любые свежие ягоды.

Пирог «Сладкоежка»

Компоненты

Мука – 2 стакана, масло сливочное – 200 г, персики свежие – 4 шт., пудра сахарная – 1 стакан, яйца – 3 шт., конфитюр персиковый – 3 столовые ложки, орехи любые

Способ приготовления

Взбить сливочное масло с сахарной пудрой, добавить яйца, мелко нарезанные персики и перемешать.

Всыпать просеянную муку в полученную смесь и снова взбить.

Форму застелить пергаментной бумагой и выложить тесто. Сверху смазать персиковым конфитюром и выложить орехи.

Выпекать при средней мощности 15 минут.

Пирог с яблоками

Компоненты

Мука – 2 1/2 стакана, молоко теплое – 2 столовые ложки, сахар – 1/2 стакана, масло сливочное – 150 г, пудра сахарная – 2 столовые ложки, яблоки – 6 шт., белок яичный – 1 шт.

Способ приготовления

Муку смешать с сахаром и маслом, растереть до получения однородного состояния. Добавить теплое молоко и замесить мягкое тесто. Положить его на 1 час в холодильник.

Из готового теста раскатать 2 лепешки. В форму постелить пергаментную бумагу и выложить 1 лепешку. Сверху на нее поместить нарезанные ломтиками яблоки, посыпать сахарной пудрой. Накрыть второй лепешкой и защипнуть края. Сделать несколько проколов, смазать взбитым белком и посыпать сахарной пудрой.

Выпекать при мощности ниже средней 15 минут.

Пирог с апельсином и орехами

Компоненты

Сахар – 1 1/2 стакана, мука – 1 1/2 стакана, морковь – 4 шт., яйца – 3 шт., масло сливочное – 150 г, орехи очищенные – 2 столовые ложки, апельсин – 1 шт., пудра сахарная – 1/2 стакана, масло растительное – 1 чайная ложка, разрыхлитель – 1 чайная ложка

Способ приготовления

Апельсин очистить, разделить на дольки, цедру натереть. Сливочное масло распустить на горячей водяной бане, после чего взбить с сахаром до получения однородной массы. Добавить яйца

и натертую апельсиновую цедру, продолжая взбивать. После этого всыпать муку и разрыхлитель.

Морковь почистить и натереть на мелкой терке, орехи измельчить. Орехи и морковь добавить в тесто и взбить.

Форму застелить пергаментной бумагой и выложить на нее тесто. Сверху разложить апельсиновые дольки.

Выпекать при максимальной мощности 8 минут. За это время взбить растительное масло с сахарной пудрой. Полученной смесью залить готовый пирог.

Пирог «Медовый» с орехами

Компоненты

Мука – 3 стакана, молоко – 3 стакана, дрожжи – 1 1/2 чайные ложки, масло сливочное – 200 г, мед – 1 стакан, орехи очищенные – 1/2 стакана, соль.

Способ приготовления

Дрожжи распустить в молоке, добавить щепотку соли, всыпать муку, положить 2 столовые ложки меда, небольшой кусочек сливочного масла и замесить тесто. Накрыть его полотенцем и поставить в теплое место для расстойки.

Смешать оставшееся сливочное масло, мед и 6 столовых ложек молока. Прогревать эту смесь при средней мощности 1 минуту. После этого всыпать молотые орехи и дать остыть.

Дрожжевое тесто обмять и раскатать в пласт. Переложить на противень, смазанный маслом, и оставить для расстойки.

Орехово-медовую смесь разложить по поверхности теста. Выпекать пирог при мощности выше средней 10 минут.

Пирог с цукатами и пряностями

Компоненты

Мука – 2 1/2 стакана, сахар – 1/2 стакана, яйца – 4 шт., разрыхлитель – 1 пакетик, изюм – 2 стакана, вишня – 1/2 стакана, миндаль рубленый – 1 стакан, цукаты из лимонной корки – 2 столовые ложки, цукаты из апельсиновой корки – 2 столовые ложки, молоко – 3 столовые ложки, водка – 1 стакан, масса марципановая сырая – 1 1/2 стакана, пудра сахарная – 2 стакана, конфитюр апельсиновый – 2 столовые ложки, сок

лимонный – 4 столовые ложки, перец душистый молотый – 1/2 чайной ложки, перец черный молотый – 1/2 чайной ложки, орех мускатный молотый – 1/2 чайной ложки, гвоздика молотая

Способ приготовления

Смешать муку с сахаром, разрыхлителем, пряностями. Изюм промыть, обсушить и смешать с мукой. Вишни, миндаль и цукаты измельчить и добавить в муку. Яйца взбить с молоком и водкой и влить во фруктово-мучную смесь. Все тщательно перемешать.

Форму смазать маслом и переложить в нее тесто. Выпекать при средней мощности 15 минут. После этого вынуть пирог из формы и дать остыть.

Сырую марципановую массу перемешать с сахарной пудрой и раскатать на доске, присыпанной сахарной пудрой.

Готовый пирог смазать апельсиновым конфитюром и накрыть пластиной марципановой массы.

Оставшуюся сахарную пудру смешать с лимонным соком и обмазать пирог. Украсить цукатами и вишней.

Пирог творожный с яблоками

Компоненты

Мука – 1 стакан, сода питьевая – 1/2 чайной ложки, творог – 200 г, масло сливочное – 100 г, сахар – 1 стакан, сок лимонный – из одного лимона, изюм – 1 столовая ложка, яблоки – 6 шт., масса марципановая сырая – 100 г, пудра сахарная – 1/2 стакана, корица, соль.

Способ приготовления

Муку просеять на доску, добавить питьевую соду, сделать углубление, в которое положить творог. По краям мучной кучки разложить нарезанное маленькими кусочками сливочное масло, посолить. Замесить тесто, скатать в шар и положить на 1 час в холодильник.

Тем временем приготовить начинку. Изюм замочить в воде, яблоки вымыть, почистить и нарезать ломтиками, сбрызнуть их лимонным соком. В обычной сковороде потушить яблоки, смешанные с изюмом, сахаром, корицей и небольшим количеством воды. Выделившуюся жидкость слить в отдельную посуду, а начинку остудить.

Тесто раскатать и переложить в форму, смазанную маслом. На поверхность теста выложить начинку и выпекать при полной

мощности 5 минут.

Марципановую массу нарезать небольшими кусочками и перемешать с половиной сахарной пудры, затем тонко раскатать. Нарезать тонкими полосками и уложить поверх пирога в виде решетки. Оставшуюся сахарную пудру смешать с жидкостью, выделившейся при тушении яблок. Полученной смесью смазать марципановые полоски и поставить пирог в печь еще на 1 минуту.

Пирог со свежими ягодами и сливками

Компоненты

Мука – 2 стакана, яйцо – 1 шт., масло сливочное – 200 г, сахар – 1 стакан, малина свежая – 1 стакан, смородина красная – 1 стакан, клубника – 1 стакан, сливки – 1 стакан, сахар ванильный – 1 пакетик

Способ приготовления

Из сахара, сливочного масла, муки и яйца замесить тесто. Положить его на 20 минут в холодильник.

Вырезать из картона или плотной бумаги шаблон в виде сердца. После этого от теста отрезать небольшой кусочек и отложить в сторону. Большую часть раскатать и вырезать при помощи шаблона сердечко.

Противень застелить бумагой и переложить на него сердечко из теста. Поставить на 5 минут в печь при средней мощности. После этого оставшееся от вырезания сердечка тесто и отрезанный ранее кусочек вымесить вместе и скатать колбаской. Вынуть корж из печи, по краю положить тестяную колбаску, слегка примяв ее и нанеся при помощи вилки рисунок. Снова поместить в печь на 1 минуту при той же мощности.

Ягоды перебрать, вымыть, обсушить. Вынуть корж из печи, разложить в его центре ягоды. Сливки взбить с ванильным сахаром. Кондитерским шприцем или мешочком выдавить розочки из взбитых сливок, располагая их между бортиком и ягодами.

Пирог грушевый с миндалем

Компоненты

Мука – 2 стакана, яйца – 4 шт., масло сливочное – 1/2 пачки, сахар – 1 стакан, груши – 10 шт., натертая

цедра одного лимона, сливки – 1 стакан, сметана – 1 стакан, миндаль рубленый – 1 столовая ложка, сахар ванильный – 1 пакетик, ванилин, корица, соль

Способ приготовления

Из муки, сливочного масла, 1/2 стакана сахара, соли, 1 яйца, лимонной цедры замесить тесто. Поместить его в холодильник на 20 минут.

Груши вымыть, почистить, нарезать ломтиками. Взять примерно 2/3 теста и раскатать в пласт. Переложить его в смазанную маслом форму. Из оставшегося теста скатать валик и сделать на пироге бортик. Тесто посыпать ванилином и выложить ломтики груш. Поставить пирог в печь на 2 минуты при средней мощности.

Взбить сливки, сметану, 3 яйца, соль, оставшийся сахар и корицу. Миндаль обжарить без жира на обычной сковороде до появления золотистого цвета.

Вынуть пирог из печи, посыпать миндалем и залить яично-сливочной смесью. Снова поставить в печь еще на 5 минуты. Готовый пирог посыпать ванильным сахаром.

Пирог с красной смородиной и орехами

Компоненты

Мука – 1 стакан, масло сливочное или маргарин – 100 г, сахар – 2 стакана, яйца – 4 шт., красная смородина – 3 стакана, очищенные орехи – 3 столовые ложки, лимонный сок – 1 столовая ложка, сахарная пудра – 1 столовая ложка

Способ приготовления

Растереть яйцо с 1 стаканом сахара, добавить нарезанный мелкими кусочками маргарин или масло, всыпать муку. При помощи ножа порубить мучную смесь, чтобы получилась однородная мелкая крошка. После этого вымесить руками. Скатать тесто в шар и поместить в холодильник на 1 час.

Форму смазать маслом, положить в нее раскатанное тесто, слегка приподняв края. Форму с тестом поставить ненадолго в холодильник.

Ягоды смородины перебрать, промыть, обсушить. Взбить белки с 1/2 стакана сахара в крутую пену (можно добавить немного лимонного сока, чтобы пена была плотнее). Желтки растереть с оставшимся сахаром, добавить орехи и перемешать.

Соединить смородину, взбитые белки и желтково-ореховую смесь.

Вынуть форму с тестом из холодильника, выложить на тесто желтково-смородиновый крем и разровнять.

Выпекать при полной мощности в течение 10 минут. Готовый пирог можно посыпать сахарной пудрой.

Пирог из фасолевого теста

Компоненты

Фасоль – 1 1/2 стакана, яйца – 2 шт., порошок какао – 1 чайнаяложка, орехи грецкие очищенные – 1 столовая ложка, сухари панировочные – 2 столовые ложки, пудра сахарная – 2 чайные ложки, джем – 4 столовые ложки, сода, кислота лимонная

Способ приготовления

Фасоль замочить в холодной воде на одни сутки. По истечении этого времени отварить ее в несоленой воде, остудить и протереть через сито. Взбить яйца, добавить протертую фасоль, какао, измельченные орехи, панировочные сухари, соду, лимонную кислоту и хорошо перемешать.

Форму смазать маслом, посыпать мукой и выложить в нее полученную массу. Выпекать при средней мощности 5 минут. Готовый корж разрезать на две части горизонтально. Одну часть смазать любым джемом или повидлом, накрыть второй частью, прижать и посыпать сахарной пудрой.

...И другая выпечка

Корзиночки с ананасами

Компоненты

Мука – 1 стакан, вода – 1/2 стакана, зеленый лук – 2 стебля, яйцо – 1 шт., мелко нарезанное мясо – 1 стакан, сахар – 1/2 чайной ложки, водка – 1 столовая ложка, консервированные ананасы – 4 ломтика, зелень петрушки, соль

Способ приготовления

Муку смешать с водой и дать постоять 15 минут. В это время

порубить зеленый лук, смешать с мелко нарезанным мясом, предварительно взбитым яичным белком, водкой, сахаром, солью. Замесить тесто и раскатать. Разрезать на 10 частей, сформовать из каждой корзиночку.

В корзиночки положить начинку из мяса, сверху разместить кусочки ананаса и зелень петрушки. Выпекать при средней мощности 10 минут.

Трубочки с мясным фаршем

Компоненты

Мука – 2 стакана, масло сливочное – 100 г, молоко – 1/2 стакана, лук зеленый – 1 пучок, фарш мясной – 2 стакана, сметана – 2 столовые ложки, яйца – 3 шт., сыр натертый – 2 столовые ложки, майонез – 2 столовые ложки, желток – 1 шт., зелень рубленая, соль, сахар, перец черный молотый

Способ приготовления

Из муки, масла, молока, сахара, 2 яиц приготовить слоеное тесто. Разделить его на 2 части и раскатать тонкими пластинами. Сложить их по длине внахлест и раскатать в виде прямоугольника. Каждый прямоугольник смазать майонезом, смешанным с рубленой зеленью.

Зеленый лук измельчить и смешать с мясным фаршем, добавить сметану, натертый сыр, 1 яйцо, посолить, поперчить. Эту смесь выложить на тесто и скатать в виде трубочек.

Противень застелить пергаментной бумагой, переложить на него трубочки швом вниз. Смазать их желтком, предварительно взбитым с водой.

Выпекать 7 минут при средней мощности.

Трубочки с миндалем

Компоненты

Мука – 1 неполный стакан, масло сливочное – 50 г, сахар – 1/2 стакана, орехи миндальные рубленые – 1 стакан, яйца – 3 шт.

Способ приготовления

Сливочное масло растереть с яичными желтками и сахаром,

добавить орехи, муку и взбитые яичные белки. Замесить тесто. Раскатать его в пласт, вырезать небольшие круги и выпекать на противне при средней мощности в течение 3 минут. Готовые круги горячими свернуть в трубочки, дать остыть и наполнить любым кремом.

Пончики с малиновым вареньем

Компоненты

Мука – 1 1/2 стакана, яйца – 4 шт., пудра сахарная – 1 стакан, крахмал – 1 столовая ложка, варенье малиновое – 1 1/2 стакана, соль

Способ приготовления

Взбить 2 яйца с двумя яичными желтками, сахарной пудрой и щепоткой соли до получения крутой пены. Добавить малиновое варенье. Муку соединить с крахмалом и всыпать в яичную массу.

Противень застелить пергаментной бумагой. При помощи кондитерского мешочка полученную массу выдавить на противень в виде небольших кружочков. Половину из них украсить капелькой варенья. Выпекать при средней мощности 10 минут. Готовые пончики остудить, плоскую сторону смазать оставшимся малиновым вареньем и соединить их попарно.

Ромовая баба

Компоненты

Мука – 5 стаканов, молоко – 2 стакана, яйца – 7 шт., сахар – 2 стакана, масло сливочное или маргарин – 250 г, изюм – 1 стакан, дрожжи – 2 чайные ложки, вода – 1 1/2 стакана, пудра сахарная – 2 стакана, вино красное – 5 столовых ложек (можно взять 1 чайную ложку рома), соль, ванилин

Способ приготовления

В стакане теплого молока развести дрожжи, всыпать 3 стакана муки и замесить густое тесто, скатать его в шар, сделать с одной стороны 5–6 неглубоких надрезов и опустить в кастрюлю с теплой водой, накрыть крышкой и дать постоять немного в теплом месте.

Когда тесто всплывет и увеличится в объеме, вынуть его,

переложить в миску, добавить стакан теплого молока, соль, яичные желтки, растертые добела с сахаром и ванилином, взбитые яичные белки. Все хорошо перемешать, всыпать оставшуюся муку и замесить тесто. После этого соединить его со сливочным маслом или маргарином, взбитыми добела.

Снова вымесить тесто и поставить его в теплое место. Когда оно увеличится в объеме вдвое, добавить изюм, перемешать и вылить тесто в форму, смазанную маслом, поставить в теплое место для расстойки. После того как тесто поднимется, осторожно поставить форму в печь и выпекать при мощности ниже средней 40 минут. Воду смешать с сахарной пудрой и вином.

Готовую ромовую бабу вынуть из формы, положить боком на блюдо, а когда остынет, облить сиропом с вином, осторожно поворачивая ее, чтобы сироп впитывался со всех сторон. Потом поставить бабу на блюдо, дать обсохнуть и подать на стол.

Кекс с орехами и изюмом

Компоненты

Мука – 2 стакана, молоко – 1/2 стакана, дрожжи – 1 чайная ложка, сахар – 1/2 стакана, масло сливочное – 100 г, яйца – 2 шт., изюм – 1 столовая ложка, орехи очищенные – 2 столовые ложки, пудра сахарная – 2 чайные ложки, соль, ванилин

Способ приготовления

В теплом молоке развести дрожжи, добавить муку, соль и замесить тесто. Поставить в теплое место для расстойки.

Яйца растереть добела с сахаром и ванилином, добавить размягченное сливочное масло и все взбить до получения однородной массы.

Когда тесто поднимется, влить в него яично-масляную смесь, добавить изюм и орехи, перемешать. Тесто переложить в форму, смазанную маслом, поставить в теплое место и дать подойти.

Выпекать при средней мощности 10–15 минут. Готовый кекс посыпать сахарной пудрой.

Кекс с бананами и медом

Компоненты

Мука – 1 стакан, изюм – 2 столовые ложки, яйцо – 1 шт., сахар – 1/2 стакана, разрыхлитель – 2 чайные ложки, цедра апельсина натертая – 1 чайная ложка, цедра лимона натертая – 1 чайная ложка, сок лимонный – 1 столовая ложка, сок апельсиновый – 2 столовые ложки, бананы – 3 шт., мед – 2 столовые ложки, масло сливочное – 2 столовые ложки, мята или мелисса – 1 веточка, соль

Способ приготовления

Изюм промыть холодной водой, откинуть на дуршлаг и дать воде стечь. Муку и разрыхлитель соединить, добавить соль и сахар, натертую цедру апельсина и лимона. Сверху разместить натруганное сливочное масло. Всю массу перемешать до образования мелких крошек.

2 банана очистить и нарезать кружочками, влить лимонный сок и размять в пюре. В мучную крошку положить банановое пюре, яйцо и апельсиновый сок. Замесить тесто, добавив изюм.

Форму застелить пергаментной бумагой, выложить готовое тесто. Выпекать при средней мощности 15 минут. После этого вынуть форму из печи и остудить кекс, не вынимая его из формы.

Мед разогреть на горячей водяной бане, обмазать им кекс со всех сторон. Очистить оставшийся банан, нарезать его тонкими ломтиками, сбрызнуть лимонным соком. Поверх кекса выложить ломтики банана и украсить листиками мяты или мелиссы.

Рогалики с корицей

Компоненты

Мука – 3 стакана, сахарная пудра – 2 стакана, молотые орехи – 1 стакан, масло сливочное – 200 г, корица – 2 чайные ложки.

Способ приготовления

Из муки, 1 стакана сахарной пудры, сливочного масла, 1 чайной ложки корицы замесить тесто. Сформовать из него три валика. Завернуть в пленку и положить на 1 час в холодильник.

Противень застелить бумагой. Каждый валик из теста разрезать на ломтики. На каждый ломтик положить по щепотке молотых орехов и завернуть рогаликом. Выпекать рогалики при полной мощности 5 минут.

Оставшуюся корицу смешать с оставшейся сахарной пудрой и в этой смеси обвалять еще теплые рогалики.

Кекс с брынзой

Компоненты

Мука – 1/2 стакана, масло сливочное – 100 г, кефир – 1 стакан, яйца – 3 шт., брынза натертая – 1 стакан, сода пищевая – 1 чайная ложка

Способ приготовления

Растереть яйца с маслом и смешать с брынзой. Добавляя небольшими порциями кефир и муку, замесить тесто. Добавить соду и еще раз вымесить.

Форму смазать маслом и переложить в нее тесто. Выпекать на максимальной мощности в течение 5 минут. Дать немного постоять в форме, затем вынуть кекс и остудить.

Кекс «Фруктовый»

Компоненты

Мука – 1 стакан, сахар – 1 стакан, масло сливочное – 100 г, яйца – 3 шт., порошок пекарский – 1/2 чайной ложки, сухари панировочные – 1 столовая ложка, абрикосы – 5–6 шт., изюм – 1/2 стакана, вишня – 1/2 стакана, миндаль – 2 столовые ложки, ром – 2 столовые ложки, орех мускатный, соль.

Способ приготовления

Сливочное масло растереть с сахаром, добавить яйца и взбить. После этого всыпать пекарский порошок, муку и тщательно перемешать. Добавить фрукты, изюм, миндаль, ром, молотый мускатный орех, соль. Еще раз тщательно перемешать.

Форму смазать маслом и обсыпать сухарями, выложить тесто и выпекать на средней мощности 25 минут.

Кружочки со смородиновым желе

Компоненты

Мука – 2 стакана, масло сливочное – 200 г, орехи молотые – 1/2 стакана, сахар – 1 стакан, сахар ванильный – 1 пакетик, желе из смородины – 1 стакан, цедра с половины лимона натертая, яйцо – 1 шт., пудра

сахарная для посыпки

Способ приготовления

Соединить в посуде муку, сливочное масло, сахар, яйцо, ванильный сахар, цедру и орехи. Хорошо перемешать и замесить тесто. Положить его на 2 часа в холодильник. По истечении этого времени раскатать тесто тонкими пластами. Формочкой вырезать кружочки, у половины из них в центре сделать по 3 отверстия. Переложить на противень, застеленный пергаментной бумагой, и выпекать при средней мощности 4 минуты. Остудить.

Разогретое желе выложить по 1 чайной ложке на целые кружочки, накрыть сверху кружочками с отверстиями, посыпать сахарной пудрой.

Пирожки с копченой рыбой и лимонным соком

Компоненты

Мука – 2 стакана, масло сливочное – 100 г, рыба горячего копчения – 1 шт., сметана – 1/2 стакана, вода – 4 столовые ложки, сок лимонный – 1 чайная ложка, желтокяичный – 1 шт., перец черный молотый, зелень мелко нарезанная, соль

Способ приготовления

Из муки, соли, сливочного масла и воды замесить тесто. Поместить его на 30 минут в холодильник. Копченую рыбу нарезать кусочками. Лимонный сок смешать со сметаной, добавить измельченную зелень. Соединить рыбу со сметаной.

Тесто раскатать в пласт и нарезать из него 12 прямоугольников, на которые сверху выложить рыбу со сметаной, посыпать перцем. Уголки тестяных прямоугольников соединить. Положить пирожки на застеленный пергаментной бумагой противень, смазать желток и запекать при средней мощности в течение 20 минут.

Сырники с ванилином

Компоненты

Мука – 3 столовые ложки, яйцо – 1 шт., творог – 2 стакана, ванилин – 1 пакетик, сахар, соль

Способ приготовления

Из муки, яйца, творога, ванилина, сахара и соли замесить тесто. Раскатать его и сформовать сырники.

Форму смазать маслом, положить в нее сырники и выпекать при максимальной мощности 5 минут.

Ленивые вареники

Компоненты

Мука – 2 столовые ложки, яйцо – 1 шт., сахар – 2 чайные ложки, творог – 1 1/2 стакана, масло сливочное – 3 чайные ложки, кипяток – 1 стакан, соль

Способ приготовления

Из муки, творога, сливочного масла, яйца, сахара и соли замесить тесто. После этого раскатать его в пласт, нарезать полосками, а полоски, в свою очередь, кусочками. Сложить кусочки в посуду, залить кипятком и отварить в течение 3 минут при максимальной мощности.

Печенье лимонное

Компоненты

Мука – 1 стакан, сахар – 3 стакана, яичные белки – 5 шт., лимон – 1 шт.

Способ приготовления

Из лимона выжать сок, цедру измельчить. Яичные белки взбить с сахаром и лимонным соком. Всыпать муку и натертую с четвертой части лимона цедру. Еще раз взбить и выложить тесто на противень, застланный пергаментной бумагой.

Выпекать при мощности выше средней в течение 2 минут.

Печенье с миндалем и кардамоном

Компоненты

Мука – 1 стакан, масло сливочное или маргарин – 3 столовые ложки, миндаль молотый – 4 столовые ложки, ванилин – 1 пакетик, сахар – 3 столовые ложки,

кардамон – 1 чайная ложка, сливки – 1 столовая ложка

Способ приготовления

Из муки, миндаля, сахара, кардамона, сливочного масла, сливок, ванилина замесить тесто. Разделить его на 2 части. Каждую часть раскатать в пласт и свернуть рулетом. Положить в холодильник на 15 минут.

На противень постелить пергаментную бумагу. Рулеты нарезать кружочками и выложить на противень. Выпекать при мощности ниже средней 4 минуты.

Печенье с орехами

Компоненты

Мука – 1 стакан, сахар – 1/2 стакана, крахмал – 1 столовая ложка, желтки – 3 шт., масло сливочное – 100 г, молотые орехи – 1/2 стакана.

Способ приготовления

Сливочное масло взбить с сахаром до получения однородного состояния, добавить желтки и тщательно перемешать. Муку соединить с крахмалом и орехами, добавить во взбитую массу и перемешать.

Постелить на противень пергаментную бумагу и с помощью кондитерского шприца выдавить тесто в виде различных фигурок. Сначала охладить их в течение 1 часа, потом выпекать при мощности ниже средней 10 минут.

Печенье в глазури и шоколаде

Компоненты

Мука – 1 стакан, масло сливочное – 200 г, сахарная пудра – 2 столовые ложки, сгущенное молоко – 1 1/2 банки, шоколад – 1 маленькая плитка

Способ приготовления

Смешать муку с сахарной пудрой, добавить половину сливочного масла и растереть до образования мелких крупинок.

Полученное тесто выложить в форму и выпекать при полной мощности 5 минут. После этого выпечку выложить на доску и дать постоять еще 10 минут.

В небольшой кастрюльке смешать сгущенное молоко, оставшееся сливочное масло и проварить 3 минуты при средней мощности. Полученную смесь перемешать и прогревать еще 5 минут при той же мощности. Масса должна увеличиться в объеме и иметь вид свернувшегося молока. Хорошо перемешать.

Готовой глазурью облить выпечку и дать немного засохнуть. После этого посыпать натертым шоколадом и нарезать небольшими кусочками.

Булочки «Пряные»

Компоненты

Тесто слоеное – 1 пачка, творог жирный – 2 стакана, сливки – 2 столовые ложки, желток – 1 шт., сыр острых сортов натертый – 6 столовых ложек, яблоко натертое – 1 столовая ложка, хрен натертый – 1/2 столовой ложки, лук зеленый – 1 пучок, соус острый томатный – 1/2 чайной ложки, лук репчатый – 1 шт., перец молотый черный, соль, мак или кунжут для посыпки

Способ приготовления

Готовое слоеное тесто раскатать в пласт и вырезать из него квадраты и кружки. Переложить их на смазанный маслом противень.

Желток взбить с 1 столовой ложкой сливок и смазать тесто. Посыпать его маком или кунжутом и выпекать при средней мощности 4 минуты.

Для начинки смешать творог, оставшиеся сливки, 1 столовую ложку натертого сыра, заправить острым томатным соусом и черным перцем. Разделить массу на 3 части. Одну треть смешать с натертым хреном и яблоком, вторую – с мелко порубленной луковицей, измельченным зеленым луком и солью, третью – с сыром и перцем. Готовые булочки разрезать поперек и наполнить разными фаршами.

Булочки с сухофруктами и медом

Компоненты

Мука – 1 стакан, маргарин – 2 столовые ложки, сахар – 2 столовые ложки, яйца – 2 шт., мед – 1 столовая ложка, курага – 1 стакан, изюм – 2 стакана, сушеные

яблоки – 1 стакан, чернослив – 1 стакан, чай свежезаваренный – 1/2 стакана

Способ приготовления

Сухофрукты промыть, измельчить и залить горячим свежезаваренным чаем. Оставить на несколько часов.

Яйца, сахар и маргарин взбить в пышную массу, добавить муку, замесить тесто. После этого соединить замоченные сухофрукты и тесто, тщательно вымесить.

Пятиугольную форму застелить пергаментной бумагой, переложить в нее тесто. Выпекать при полной мощности 7 минут.

Вынуть форму из печи, извлечь из нее булочку, дать остыть и разрезать на части.

Каждую часть смазать медом и подавать к столу.

Рулет с какао и орехами

Компоненты

Мука – 1 стакан, яйца – 7 шт., сахар – 1 стакан, молоко – 1/2 стакана, масло сливочное – 1/2 пачки, порошок какао – 2 столовые ложки, вода – 1/2 стакана, пудра сахарная – 1/2 стакана, орехи грецкие молотые – 2 столовые ложки, сахар ванильный

Способ приготовления

Яичные желтки растереть добела с сахаром, добавить молотые орехи, муку, теплую воду и взбитые белки. Перемешать до получения однородной массы. Форму смазать маслом, выложить на нее половину приготовленного теста. Во вторую половину добавить порошок какао и перемешать. Выложить в форму поверх первого пласта. Выпекать 7 минут при мощности чуть ниже средней.

Вынуть форму из печи, бисквит выложить на салфетку и завернуть рулетом вместе с салфеткой. Дать остыть.

Небольшое количество муки развести молоком, нагреть до кипения, дать смеси загустеть и снять с огня. Масло взбить с сахарной пудрой, добавить заваренную муку, ванильный сахар, хорошо взбить.

После того как рулет остынет, развернуть его, убрать салфетку, смазать кремом и опять свернуть рулетом. Посыпать сахарной пудрой.

Рулет с яблочным джемом

Компоненты

Мука – 1/2 стакана, яйца – 2 шт., джем яблочный – 3 столовые ложки, пудра сахарная – 2 столовые ложки, вода теплая – 2 столовые ложки

Способ приготовления

Сахарную пудру прогревать в печи в течение 2 минут при средней мощности. Добавить яйца и взбить до получения тягучей массы. Всыпать муку, влить теплую воду и взбить еще раз.

Квадратную форму застелить пергаментной бумагой, переложить в нее тесто. Выпекать при полной мощности 4 минуты. Вынуть форму из печи, извлечь выпечку и дать немного остыть.

Поверхность выпечки посыпать сахарной пудрой, смазать яблочным джемом и свернуть рулетом. Дать остыть окончательно.

Десерты

Для того чтобы готовить в микроволновой печи качественные и вкусные десерты, следует запомнить несколько правил.

1. Когда прогреваются яблоки, сливы, груши, нужно прокалывать их кожуру.

2. Клубнику, малину и другие мягкие ягоды следует готовить в собственном соку, а ягоды в кожице (смородина, крыжовник, ирга, кизил) лучше прогревать с небольшим количеством воды.

3. Чтобы избежать перегрева продуктов, необходимо прекратить процесс приготовления немного раньше, потому что фрукты и ягоды дойдут до нужного состояния во время отстаивания.

4. Замороженные плоды необходимо оттаивать при среднем уровне мощности печи.

Рецепты десертов

Яблоки с сахаром и корицей

Компоненты

Яблоки сладких сортов – 2 шт., масло сливочное – 50 г, сахар – 2 столовые ложки, корица молотая

Способ приготовления

Яблоки вымыть, разрезать на 2 части, удалить сердцевины. Выложить их на блюдо.

В углубления, оставшиеся от сердцевины, положить сливочное масло, посыпать сахаром и корицей. Запекать в течение 5 минут при средней мощности.

Десерт фруктовый

Компоненты

Яблоки среднего размера – 2 шт., изюм без косточек – 1 столовая ложка, повидло любое – 2 чайные ложки, масло сливочное – 20 г

Способ приготовления

Сначала следует подготовить яблоки. Для этого вымыть их, разрезать пополам, удалить сердцевины, уложить на блюдо.

Смешать изюм и сливочное масло, добавить повидло. Полученную смесь выложить в углубления, оставшиеся от сердцевины яблок.

В блюдо налить немного воды, покрыть яблоки пергаментной бумагой и запекать в течение 4 минут при полной мощности.

После этого дать постоять 2–3 минуты и снять бумагу.

Десерт брусничный с корицей

Компоненты

Яблоки – 2 шт., яйца – 2 шт., сахар – 1 столовая ложка, мука – 1 столовая ложка, масло сливочное – 1 чайная ложка, вода – 2 столовые ложки, брусника – 2 столовые ложки, корица

Способ приготовления

Яичные белки взбить с сахаром, смешать с растертыми желтками и водой. После этого всыпать муку.

Форму смазать маслом, вылить в нее полученное тесто.

Яблоки вымыть, удалить сердцевины. Половинки яблок уложить на тесто разрезами вверх, углубления заполнить брусникой, посыпать корицей.

Запекать в течение 3 минут при средней мощности. Готовый бисквит разрезать так, чтобы на каждом кусочке было по половинке яблока.

Десерт с орехами и сливовым джемом

Компоненты

Яблоки крупные – 2 шт., джем сливовый – 3 столовые ложки, орехи измельченные – 2 столовые ложки, белок яичный – 1 шт., сахар.

Способ приготовления

Яблоки вымыть, разрезать пополам и удалить сердцевины. Выложить их на блюдо и запекать 4 минуты при средней мощности.

Джем смешать с орехами. Белок взбить, добавить немного

сахара, сливовый джем и еще раз взбить. Половинки яблок смазать полученной смесью и запекать в течение 1 минуты при той же мощности.

Десерт со взбитыми сливками и корицей

Компоненты

Яблоки среднего размера – 4 шт., сахар – 1 столовая ложка, масло сливочное – 1 столовая ложка, мука – 1 1/2 столовой ложки, сливки взбитые – 1 столовая ложка, пудра сахарная – 1 чайная ложка, корица молотая.

Способ приготовления

Яблоки вымыть, мелко нарезать. Сахар и измельченные яблоки положить в посуду, закрыть крышкой и прогревать при максимальной мощности в течение 3 минут до размягчения.

Муку растереть с маслом, добавить сахарную пудру и корицу, перемешать с яблоками и запекать в течение 5 минут при полной мощности.

Подавая на стол, блюдо украсить взбитыми сливками.

Десерт яблочный с овсяными хлопьями

Компоненты

Яблоки среднего размера – 5 шт., масло сливочное – 2 чайные ложки, сахар – 1 столовая ложка, мука – 1 столовая ложка, хлопья овсяные – 2 столовые ложки, сок лимонный – 1 чайная ложка, корица молотая

Способ приготовления

Яблоки вымыть, удалить сердцевины и нарезать ломтиками. Уложить их в посуду и сбрызнуть лимонным соком.

На максимальной мощности растопить сливочное масло, добавить в него сахар, муку, корицу, овсяные хлопья и перемешать.

Полученную смесь выложить на яблоки и запекать в течение 10 минут при полной мощности.

Десерт яблочный с мороженым

Компоненты

Яблоки среднего размера – 3 шт., белки яичные – 2 шт., мороженое – 1 брикет, сахар – 1/2 стакана, вода – 1/2 стакана, корица, гвоздика, цедра лимона

Способ приготовления

Одну столовую ложку сахара, корицу, цедру лимона и гвоздику залить водой и хорошо перемешать. При полной мощности проварить полученную смесь в течение 5 минут.

Яблоки очистить, разрезать пополам и удалить сердцевины. Положить их в сироп и проварить 2 минуты, пока не станут мягкими.

После этого в углубления, оставшиеся от сердцевин, положить мороженое, сверху – взбитые с оставшимся сахаром яичные белки. Яблоки уложить в форму для выпекания и прогревать при полной мощности 1 минуту.

Десерт с красным вином и миндалем

Компоненты

Яблоки крупные – 2 шт., орехи молотые – 2 чайные ложки, масло сливочное – 1 столовая ложка, вино красное – 1 столовая ложка, варенье смородиновое – 1 чайная ложка, молоко – 1 столовая ложка, крахмал – 1 чайная ложка, сахар – 2 столовые ложки, желток яичный – 1 шт., сахар ванильный, изюм, миндаль, печенье

Способ приготовления

Сначала нужно приготовить крем. Для этого часть молока смешать с крахмалом. В оставшуюся часть добавить масло и сахар и прогревать на максимальной мощности 1 минуту.

После этого добавить в нагретую смесь молоко с крахмалом. Прогревать еще 1 минуту при той же мощности. Перемешать и осторожно добавить желток, растертый с ванильным сахаром. Подержать в печи еще 30 секунд.

Яблоки вымыть, удалить сердцевины. Добавить в крем орехи, миндаль, изюм, хорошо перемешать и полученной смесью наполнить углубления в яблоках.

Форму смазать маслом, уложить в нее яблоки и сбрызнуть их вином. Запекать 7 минут при полной мощности под закрытой крышкой.

Готовые яблоки выложить на печенье, украсить вареньем и

подать к столу.

Десерт яблочно-лимонный

Компоненты

Яблоки среднего размера – 2 шт., масло сливочное – 1 столовая ложка, сахар – 2 столовые ложки, миндаль измельченный – 1 столовая ложка, мука – 1 столовая ложка, яйцо – 1 шт., пудра сахарная – 1 чайная ложка, вода – 1/2 стакана, сок лимонный – 2 столовые ложки, цедра 1 лимона

Способ приготовления

Яблоки почистить, удалить сердцевины и мелко нарезать.

1 столовую ложку сахара растворить в воде и вскипятить. После этого положить в сироп измельченные яблоки и тушить при максимальной мощности 3 минуты.

Желток растереть с маслом и оставшимся сахаром, добавить измельченный миндаль, муку, лимонный сок и цедру, а после этого ввести белок, взбитый с сахарной пудрой.

Форму смазать маслом, выложить яблоки, залить взбитой массой и прогревать при средней мощности 10 минут.

Пудинг яблочный с орехами

Компоненты

Яблоки – 4 шт., молоко – 1 стакан, крупа манная – 3 столовые ложки, яйцо – 1 шт., сахар – 2 столовые ложки, орехи измельченные – 2 столовые ложки, сухари панировочные – 1 столовая ложка, масло сливочное – 50 г, изюм – 1 чайная ложка, соль, корица

Способ приготовления

Молоко вылить в посуду, прогревать при максимальной мощности 2 минуты. Добавить манную крупу, соль, сахар и еще подержать в печи 2 минуты. В получившуюся манную кашу ввести желток, масло, толченые орехи, корицу, изюм, перемешать и добавить взбитый белок. Яблоки вымыть, нарезать тонкими дольками.

Форму смазать маслом, обсыпать сухарями, выложить слой нарезанных яблок. Сверху поместить манную кашу. Запекать при

средней мощности в течение 7–9 минут.

Десерт с корицей

Компоненты

Яблоки – 4 шт., желтки яичные – 2 шт., молоко – 1 стакан, хлеб белый – 1/2 батона, сахар – 2 столовые ложки, масло сливочное – 1 столовая ложка, корица

Способ приготовления

Желтки взбить с молоком. Хлеб нарезать небольшими кусочками и замочить в этой смеси.

Форму смазать маслом, уложить ровным слоем кусочки хлеба. Яблоки вымыть, почистить, измельчить и смешать с сахаром и корицей.

Полученную массу выложить на кусочки хлеба.

Запекать при средней мощности в течение 7 минут.

Десерт яблочный с печеньем

Компоненты

Яблоки крупные – 3 шт., желтки яичные – 2 шт., сахар – 1/2 стакана, молоко – 1 стакан, масло сливочное – 2 чайные ложки, сухари панировочные – 3 столовые ложки, печенье – 1 пачка

Способ приготовления

Яблоки вымыть, очистить и измельчить. Желтки растереть с сахаром и маслом. В желтковую смесь влить молоко, положить измельченное печенье и хорошо перемешать.

Форму смазать маслом, посыпать сухарями и выложить на дно нарезанные яблоки, сверху вылить смесь молока с печеньем и желтками. Запекать при полной мощности в течение 4 минут.

Шарлотка по-славянски

Компоненты

Яблоки крупные – 2 шт., хлеб белый – 1 большой ломоть, молоко – 1 стакан, яйца – 2 шт., сахар – 1

столовая ложка, сухари панировочные – 1 столовая ложка, пудра сахарная – 1 чайная ложка, жир

Способ приготовления

Для приготовления этой шарлотки лучше всего брать черствый хлеб. Нужно срезать с него корку, а мякоть измельчить. Яйца взбить с сахаром, добавить теплое молоко и перемешать.

После этого яично-молочной смесью залить хлеб и дать постоять в течение 5 минут. Тем временем почистить и нарезать яблоки, которые соединить затем с яично-молочной смесью.

Форму смазать жиром, обсыпать сухарями и выложить приготовленную смесь. Накрыть пергаментной бумагой и запекать в течение 8 минут при средней мощности.

При подаче на стол шарлотку посыпать сахарной пудрой.

Фаршированные яблоки с творогом и изюмом

Компоненты

Крупные яблоки – 4 шт., творог – 1 1/2 столовой ложки, сахар – 2 чайные ложки, яичный желток – 1 шт., изюм – 2 столовые ложки, манная крупа – 2 чайные ложки, сливочное масло

Способ приготовления

Творог протереть, смешать с изюмом, сахаром, манной крупой, растопленным сливочным маслом и желтком.

С яблок срезать верхушку и удалить сердцевину так, чтобы не нарушить целостность яблока.

Получившиеся яблочные корзинки наполнить приготовленной смесью и запекать при средней мощности в течение 2 минут.

Абрикосы со сливками и белым вином

Компоненты

Абрикосы – 10 шт., сахар – 1 столовая ложка, вино белое – 1 1/2 стакана, желатин – 3 чайные ложки, сок лимонный – 2 столовые ложки, сливки – 1 стакан, вода

Способ приготовления

Желатин залить холодной водой и оставить на 10 минут.

Абрикосы вымыть, нарезать дольками и выложить в посуду. Добавить сахар, влить 2 стакана воды, закрыть крышкой и прогревать при полной мощности 5 минут.

После этого растворенный желатин влить в абрикосы, добавить лимонный сок и белое вино. Формочки, в которых будет подаваться желе, ополоснуть холодной водой и разлить в них полученную смесь. Поставить ненадолго в холодильник.

Подать к столу вместе со взбитыми сливками.

Десерт с апельсиновым ликером

Компоненты

Апельсины – 2 шт., яблоко измельченное – 1 шт., апельсиновый ликер – 2 столовые ложки, яйцо – 1 шт., печенье – 1/2 пачки, сахар – 2 чайные ложки

Способ приготовления

Апельсины разрезать пополам и, стараясь не повредить кожуру, извлечь мякоть. Нарезать ее кусочками, соединить с измельченным яблоком, раскрошенным печеньем. Полученную смесь сбрызнуть апельсиновым ликером. Хорошо перемешать и наполнить корзиночки из апельсиновой кожуры.

Взбить белок, соединить его с растертым с сахаром желтком и вылить эту смесь на апельсиновые корзиночки. Фаршированные апельсины уложить в блюдо и прогревать при полной мощности в течение 1 минуты.

Десерт банановый с красной смородиной

Компоненты

Бананы – 2 шт., сахар – 2 чайные ложки, белки яичные – 2 шт., варенье из красной смородины – 2 чайные ложки, сок лимонный

Способ приготовления

Бананы очистить, разрезать каждый вдоль на 2 части. Положить их срезами вниз на блюдо, смазать вареньем из красной смородины.

Белки взбить с сахаром и лимонным соком до образования крутой пены.

Полученную смесь выложить на бананы.

Запекать десерт при полной мощности в течение 2 минут.

Десерт грушевый с коньяком и ванильным сахаром

Компоненты

Груши среднего размера – 4 шт., варенье из красной смородины – 4 чайные ложки, орехи измельченные – 2 столовые ложки, коньяк – 1/2 стакана, молоко – 1/2 стакана, печенье – 1/2 пачки, крахмал – 2 чайные ложки, сахар – 2 столовые ложки, желток яичный – 1 шт., сахар ванильный, масло сливочное – 1 столовая ложка

Способ приготовления

Часть молока смешать с крахмалом. В отдельной посуде соединить оставшееся молоко, масло, сахар и прогревать при полной мощности 1 минуту.

В эту смесь, постоянно помешивая, влить молоко с крахмалом и нагреть до кипения. После этого ввести яичный желток, растертый с ванильным сахаром, размешать, нагреть до кипения и дать немного отстояться.

Груши вымыть, разрезать пополам и удалить сердцевины. Углубления заполнить вареньем из красной смородины.

На дно формы высыпать раскрошенное печенье, полить его коньяком, выложить груши срезами вниз и залить кремовой массой. Посыпать орехами.

Запекать при средней мощности в течение 5 минут.

Десерт грушевый с корицей

Компоненты

Груши – 4 шт., сахар – 1/2 стакана, вода – 1 столовая ложка, молотая корица

Способ приготовления

Сахар смешать с водой и прогревать при полной мощности 2 минуты, пока он не расплавится.

Груши вымыть и разложить в другой посуде зауженными частями к центру, полить расплавленным сахаром и посыпать корицей.

Прогревать при средней мощности в течение 10 минут и дать немного постоять.

Десерт клубничный с ванильным сахаром

Компоненты

Клубника – 3 стакана, масло сливочное – 2 столовые ложки, молоко – 1/2 стакана, крахмал – 2 чайные ложки, сахар – 2 столовые ложки, желток яичный – 1 шт., пудра сахарная, сахар ванильный

Способ приготовления

Часть молока влить в посуду, смешать с сахаром и маслом и прогревать при полной мощности в течение 1 минуты. В другой посуде смешать оставшееся молоко с крахмалом и вылить в разогретую смесь, тщательно перемешивая. Подержать в печи еще 1 минуту при той же мощности.

Добавить яичный желток, растертый с ванильным сахаром, и нагреть до кипения.

В форме растопить масло, выложить клубнику, посыпать сахарной пудрой и полить ванильной смесью.

Запекать в течение 10 минут при средней мощности.

Десерт с курагой

Компоненты

Курага – 2 стакана, сок апельсиновый – 1 1/2 стакана, желатин – 1 столовая ложка, мед – 2 чайные ложки, кефир – 1 стакан

Способ приготовления

Курагу промыть, выложить в посуду, залить апельсиновым соком, оставив немного для замачивания желатина. Прогревать курагу 5 минут при максимальной мощности. В оставшемся соке замочить желатин. Когда он разбухнет, подержать его в печи при средней мощности 30 секунд. Но до кипения не доводить!

Остывшую курагу смешать с медом и взбить. Добавить желатин и снова взбить. Влить кефир и в третий раз взбить.

Поставить в печь на 20 секунд при средней мощности.

Десерт ягодный

Компоненты

Клубника – 2 стакана, масло сливочное – 1 столовая ложка, яйца – 3 шт., сахар – 2 столовые ложки, мука – 2 столовые ложки, сахар ванильный

Способ приготовления

Масло положить в форму, прогревать в печи при полной мощности 30 секунд. После этого положить в форму клубнику и подержать в печи еще 1 минуту при той же мощности.

В отдельной посуде взбить белки с сахаром, растереть желтки и добавить их к белкам. Всыпать муку и ванильный сахар. Полученную смесь тщательно перемешать и вылить на клубнику.

Запекать при средней мощности в течение 9 минут.

Десерт персиковый с медом

Компоненты

Творог – 2 стакана, яйцо – 1 шт., персики – 2 шт., сахар – 2 столовые ложки, мед – 1 столовая ложка, крупа манная – 1 столовая ложка, изюм – 1 столовая ложка, миндаль молотый – 1 столовая ложка, вино сухое белое – 2 столовые ложки, сок лимонный – 2 столовые ложки, цедра лимона

Способ приготовления

С персиков снять кожицу, разрезать пополам и удалить косточки. Выложить персики в посуду, добавить мед, лимонную цедру, лимонный сок и вино. Прогревать в печи при мощности выше средней 1 минуту.

В отдельной посуде растереть желток с сахаром, добавить творог, манную крупу, изюм, миндаль и сок, образовавшийся при тушении персиков, а также взбитый белок. Хорошо перемешать и выложить на персики. Посыпать молотым миндалем и сахаром.

Запекать при мощности ниже средней в течение 10 минут.

Десерт клубничный с лимонным соком

Компоненты

Клубника – 2 стакана, сахар – 2 столовые ложки, печенье – 1/2 пачки, белки яичные – 2 шт., масло сливочное – 1 столовая ложка, пудрасахарная – 3 чайные ложки, сок лимонный

Способ приготовления

Половину клубники взбить с сахаром. В форму уложить печенье, на него выложить взбитую клубнику, дать немного постоять.

В отдельной посуде взбить белки с сахарной пудрой и лимонным соком.

На взбитую клубнику поместить целые ягоды и залить белковой пеной.

Запекать при полной мощности в течение 1 минуты.

На стол подавать горячим.

Десерт сливовый с гвоздикой

Компоненты

Сливы – 10–15 шт., сахар – 4 столовые ложки, масло сливочное – 1 столовая ложка, корица, гвоздика

Способ приготовления

Сливы вымыть, разрезать, удалить косточки. Уложить в посуду, добавить сахар, сливочное масло, корицу, гвоздику и прогревать в печи при максимальной мощности 5 минут. В процессе приготовления перемешать 2–3 раза.

Десерт сливовый с лимонной цедрой

Компоненты

Сливы крупные – 6 шт., мед – 2 столовые ложки, сахар ванильный – 1 столовая ложка, цедра с половины лимона

Способ приготовления

В посуду уложить вымытые, разрезанные пополам сливы без косточек. Добавить мед, ванильный сахар, лимонную цедру и прогревать в печи на максимальной мощности в течение 3 минут.

Мусс малиновый с желатином

Компоненты

Малина – 2 стакана, белки яичные – 2 шт., желатин –

2 чайные ложки, сахарная пудра – 2 чайные ложки, вода – 2 столовые ложки

Способ приготовления

Желатин залить водой, дать немного постоять, а затем поместить в печь на 20 секунд, но не доводить до кипения.

Ягоды промыть, обсушить и размять, добавить сахарную пудру и белок, охладить и взбить. После этого соединить взбитую малину с желатином и снова взбить. Выложить в формочки и остудить.

Мусс вишнево-смородиновый

Компоненты

Смородина красная – 1 1/2 стакана, вишня – 1 стакан, мед – 1 столовая ложка, крахмал – 1 чайная ложка, сахар ванильный, палочка корицы, сливки взбитые

Способ приготовления

Ягоды промыть, перебрать, из вишен удалить косточки. Выложить ягоды в посуду, добавить мед, ванильный сахар, немного воды и корицу. Прогревать на максимальной мощности 5 минут. В это время развести крахмал, влить его в ягоды, размешать и дать вскипеть. После этого удалить корицу и подать на стол со взбитыми сливками.

Мусс клубничный с ванильным сахаром

Компоненты

Клубника – 2 стакана, молоко – 1/2 стакана, желатин – 2 чайные ложки, сахарная пудра – 1 чайная ложка, ванильный сахар – 1 пакетик, холодная кипяченая вода – 2 столовые ложки

Способ приготовления

Желатин распустить в холодной кипяченой воде, потом прогревать при средней мощности 30 секунд, не доводя до кипения.

В другой посуде разогреть молоко, влить туда желатин, положить вымытую и размятую с сахарной пудрой клубнику,

всыпать ванильный сахар. Поместить в печь на 20 секунд, а затем взбивать до тех пор, пока масса не загустеет.

Выложить в формочки и дать остыть.

Мусс кофейный

Компоненты

Шоколад – 1 маленькая плитка, кофе крепкий свежеприготовленный – 1 столовая ложка, желатин – 2 чайные ложки, яйцо – 1 шт., вода кипяченая холодная – 2 1/2 стакана

Способ приготовления

Желатин залить небольшим количеством холодной кипяченой воды, дать набухнуть. После этого посуду с желатином поместить в печь и прогревать при средней мощности в течение 20 секунд. В желатин добавить кофе, измельченный шоколад и снова прогревать 1 минуту при той же мощности.

Взять посуду большего размера, влить в нее 2 стакана воды, желатиновую смесь, добавить желток и взбить. Дать смеси охладиться.

Белок взбить и соединить с остывшей желатиново-желтковой массой.

Десерт медовый с изюмом

Компоненты

Яйца – 3 шт., изюм – 1 стакан, мука – 2 столовые ложки, молоко – 1 стакан, мед – 1 столовая ложка, масло сливочное – 2 чайные ложки

Способ приготовления

В посуду влить молоко, добавить муку, яйца, мед и тщательно перемешать, чтобы не было комочков. После этого получившуюся массу протереть через сито.

Форму смазать маслом и выложить в нее протертое через сито тесто. Сверху на него поместить изюм и немного примять.

Выпекать при полной мощности 10 минут.

Десерт «Фруктовое ассорти»

Компоненты

Яблоки – 2 шт., груши – 1 шт., слива – 1 шт., персики – 2 шт., мука – 2 столовые ложки, масло сливочное – 2 чайные ложки, сахар – 1 столовая ложка

Способ приготовления

Фрукты вымыть, измельчить, выложить в посуду. После этого поставить в печь и прогревать при полной мощности 3 минуты.

В другой посуде смешать муку с маслом и растереть до образования мелких крупинок. Добавить половинную норму сахара и перемешать. Оставшийся сахар высыпать в посуду с фруктами и дать ему раствориться.

После этого на фруктовую смесь выложить растертое масло, прогревать в печи при максимальной мощности 4 минуты.

К столу подавать охлажденным.

Десерт грушевый с какао

Компоненты

Груши крупные – 4 шт., молоко – 1 стакан, масло сливочное – 1 столовая ложка, мука – 2 чайные ложки, яйцо – 1 шт., пудра сахарная – 2 чайные ложки, порошок какао – 2 чайные ложки, ванилин

Способ приготовления

Груши вымыть, измельчить и выложить в подходящую посуду. Сахарную пудру взбить с маслом, добавить яйцо, молоко и снова взбить.

После этого соединить яичную смесь с мукой и какао и замесить тесто, которое выложить ровным слоем на груши.

Выпекать при полной мощности 2 минуты. Вынуть посуду из печи, дать немного постоять.

Суфле сливочно-шоколадное

Компоненты

Молоко – 1 стакан, шоколад – 1 плитка, яйца – 3 шт., сливки – 1 стакан, сахар – 1/2 стакана, желатин – 2 чайные ложки, корица

Способ приготовления

Соединить в посуде б?льшую часть сахара и желатин. Отдельно взбить желтки, влить их в молоко. Полученную смесь добавить в желатин с сахаром и прогревать при мощности ниже средней 3 минуты.

После того как смесь загустеет, влить растопленный шоколад, всыпать молотую корицу и тщательно взбить.

Тем временем взбить белки, всыпая постепенно оставшийся сахар. В шоколадную смесь добавить взбитые белки и сливки, тщательно перемешать.

Разлить по формочкам и поставить в холодильник на 2 часа.

Желе абрикосовое с ванилином

Компоненты

Сок абрикосовый – 2 стакана, желатин – 3 чайные ложки, вода – 3 столовые ложки, сахар, ванилин

Способ приготовления

Желатин залить водой и дать набухнуть. После этого прогревать его в печи 40 секунд при средней мощности. Добавить в желатин сок, сахар и ванилин. Тщательно перемешать. По желанию можно добавить ликер, пищевой краситель и пр.

Полученную массу разлить в формочки и поставить на 2 часа в холодильник для того, чтобы желе застыло.

Пудинг творожный с лимонным соком

Компоненты

Творог – 200 г, сахар – 1 столовая ложка, сок лимонный – 1 столоваяложка, яйца – 2 шт., крупа манная – 1 столовая ложка, изюм – 2 чайные ложки, сахар ванильный

Способ приготовления

Соединить в посуде манную крупу, сахар, лимонный сок, желтки, ванильный сахар, изюм, творог.

Яичные белки взбить и добавить в творожную массу.

Форму смазать маслом, выложить творожную смесь и запекать при мощности ниже средней в течение 10 минут.

Помадка орехово-сливочная

Компоненты

Шоколад – 1 плитка, изюм – 1 столовая ложка, курага – 1/2 стакана, орехи грецкие молотые – 3 столовые ложки, масло сливочное – 1 чайная ложка, сливки – 1 столовая ложка, пудра сахарная – 1/2 стакана, ванилин

Способ приготовления

В посуду влить сливки, добавить натертый шоколад и сливочное масло. Прогревать в печи при полной мощности 1 минуту. Полученную смесь взбить, постепенно всыпая сахарную пудру. Затем добавить промытый и обсушенный изюм, измельченную курагу, орехи, ванилин и перемешать.

Форму застелить пергаментной бумагой, выложить полученную массу и поставить в печь на 40 секунд. По истечении этого времени вынуть форму из печи и поставить остужаться.

Готовую помадку нарезать квадратиками, треугольничками, ромбиками и т. д.

Пудинг лимонно-миндальный

Компоненты

Хлеб белый – 1 батон, молоко – 1 1/2 стакана, масло сливочное – 50 г, сахар – 3 столовые ложки, яйца – 4 шт., изюм – 1 столовая ложка, миндаль молотый – 1 столовая ложка, сахар ванильный, цедра лимона, сухари панировочные, соль

Способ приготовления

У черствого батона удалить корки, а мякиш нарезать небольшими кубиками. В течение 30 секунд при полной мощности прогревать в печи молоко и вылить его на хлеб. Добавить размягченное масло сливочное и взбить до пышного состояния.

Постепенно ввести во взбиваемую массу 2 столовые ложки сахара, ванильный сахар, лимонную цедру, желтки, соль, молотый миндаль, изюм. Белки взбить с оставшимся сахаром и добавить в хлебную массу. Тщательно перемешать.

Форму смазать маслом, посыпать сухарями, выложить

полученную массу и запекать под крышкой в течение 10 минут при мощности ниже средней.

Пудинг шоколадный с миндалем

Компоненты

Шоколад – 1 плитка, миндаль молотый – 2 столовые ложки, порошок какао – 1 чайная ложка, масло сливочное – 1 столовая ложка, сахар – 1 столовая ложка, яйца – 2 шт., сухари панировочные – 2 столовые ложки, сливки – 1/2 стакана, ванилин, корица

Способ приготовления

Смешать размягченное сливочное масло, сахар, желтки, натертый шоколад, панировочные сухари, молотый миндаль, ванилин, какао и корицу, тщательно растереть. Яичные белки взбить в крутую пену и постепенно ввести в основную смесь.

Форму смазать жиром, посыпать панировочными сухарями и выложить в нее готовую массу. Запекать при полной мощности в течение 3 минут. К столу подать со взбитыми сливками.

Пудинг молочный с изюмом

Компоненты

Молоко – 2 стакана, яйцо – 1 шт., масло сливочное – 1 столовая ложка, сахар – 1/2 стакана, мука кукурузная – 2 столовые ложки, эссенция ванильная – 2 чайные ложки, изюм – 2 чайные ложки, соль

Способ приготовления

Смешать в посуде сахар и муку, добавить соль. Затем небольшими порциями вливать молоко, постоянно помешивая. Прогревать в печи при средней мощности 4 минуты.

Отдельно взбить яйцо, добавить к нему б?льшую часть прогретой смеси муки и молока, хорошо перемешать и влить в ту посуду, где находится пудинговая смесь. Прогревать в печи при мощности выше средней в течение 3 минут.

Затем ввести сливочное масло, изюм и ванильную эссенцию, размешать и остудить.

Пудинг медовый с имбирем

Компоненты

Яйцо – 1 шт., желток яичный – 1 шт., сливки – 1 стакан, мед – 3 столовые ложки, апельсин – 1 шт., ванилин, корица, имбирь, масло сливочное

Способ приготовления

Сливки смешать с медом и прогревать в печи при полной мощности 1 минуту.

Яйцо и яичный желток растереть с ванилином, корицей и имбирем до появления пены. Вылить эту смесь через ситечко в посуду со сливками и медом. Хорошо перемешать.

В формочки положить по маленькому кусочку сливочного масла, выложить массу для пудинга, закрыть пергаментной бумагой и прогревать в печи в течение 3 минут при средней мощности.

Дать пудингу немного остыть, а затем поставить в холодильник.

Апельсин почистить и, размяв мякоть, выложить на тарелку. Сверху разложить пудинг.

Пудинг с апельсиновым ликером

Компоненты

Яйцо – 1 шт., молоко – 1 стакан, сахар – 2 столовые ложки, крупа манная – 1 столовая ложка, масло сливочное – 1 столовая ложка, мед – 2 столовые ложки, миндаль измельченный – 1 столовая ложка, сок апельсиновый – 1/2 стакана, ликер апельсиновый – 1/2 стакана, ванилин, цедра лимонная, соль

Способ приготовления

Вскипятить молоко с ванилином, сахаром, половинной нормой сливочного масла и солью.

Тонкой струйкой ввести манную крупу и добавить немного лимонной цедры. Прогревать в печи при средней мощности 3 минуты.

Яичный белок взбить в крутую пену. Немного манного пудинга смешать с желтком и растереть, затем соединить белковую пену, желтковую массу, апельсиновый сок и основную часть пудинга.

Разогреть мед и оставшееся сливочное масло в течение 50 секунд при полной мощности. Добавить апельсиновый ликер и

размешать. Остудить пудинг, выложить на тарелку и посыпать миндалем.

Пудинг молочно-вишневый

Компоненты

Джем вишневый – 2 столовые ложки, мука – 1 стакан, сало почечное – 20–30 г, вода, молоко

Способ приготовления

Из муки, почечного сала, нужного количества воды замесить густое и мягкое тесто. Раскатать его в пласт прямоугольной формы и смазать вишневым джемом. После этого края смочить молоком и свернуть рулетом. Завернуть рулет в пергаментную бумагу и запекать при максимальной мощности в течение 5 минут.

Вынуть из печи, дать остыть, снять бумагу и нарезать ломтиками.

Десерт яичный с манной крупой

Компоненты

Крупа манная – 2 столовые ложки, яйца – 2 шт., молоко – 2 стакана, сахар – 2 столовые ложки, масло сливочное – 1 столовая ложка, ванилин, соль

Способ приготовления

Смешать молоко, сахар, ванилин, соль, сливочное масло, желтки и манную крупу. Тщательно размешать, затем прогревать при полной мощности 3 минуты. Снова перемешать и, уменьшив мощность до минимума, подержать в печи еще 4 минуты.

Белки взбить в крутую пену, ввести в горячую смесь, после этого выложить полученную массу в промытую холодной водой форму.

Когда остынет, подать к столу.

Десерт с изюмом

Компоненты

Рис – 1 стакан, молоко – 4 стакана, масло сливочное – 1 столовая ложка, сахар – 1 столовая ложка, изюм – 1 столовая ложка, корка лимонная, соль

Способ приготовления

Смешать в посуде молоко, масло, сахар, несколько небольших кусочков лимонной корки, рис, изюм, соль. Перемешать и прогревать при полной мощности 7–8 минут. После этого уменьшить мощность до минимума и варить еще 10 минут, время от времени помешивая. Готовому блюду дайте постоять 5 минут.

Крем «Лимонный»

Компоненты

Лимон – 2 шт., яйца – 2 шт., сахар – 1/2 стакана, желатин – 3 чайные ложки, вода – 3 столовые ложки, сливки – 1 стакан

Способ приготовления

Желатин залить холодной кипяченой водой, дать немного постоять и прогревать при полной мощности 40 секунд. Добавить желтки и взбивать примерно 1 минуту. После этого всыпать часть сахара и взбивать еще 30 секунд. Ввести натертую кожуру одного лимона и сок от двух лимонов. Добавить желатин в яичную массу и поставить в прохладное место, иногда помешивая.

Взбить яичные белки, соединить с оставшимся сахаром и снова взбить. Соединить белковую массу с кремом и поставить в холодное место на 2 часа.

Крем заварной с лимонной цедрой

Компоненты

Яйца – 2 шт., молоко – 1 стакан, сахар – 2 столовые ложки, эссенция ванильная – 1/2 чайной ложки, цедра лимона, орех мускатный измельченный, соль

Способ приготовления

Прогревать молоко при среднем уровне мощности в течение 2 минут. Отдельно взбить яйца, добавить сахар, цедру лимона, ванильную эссенцию, соль. Влить полученную массу в горячее молоко и хорошо размешать.

Вылить эту смесь в форму и подержать в печи при средней мощности 5 минут. Посыпать мускатным орехом.

Крем яично-молочный

Компоненты

Сахар – 1/2 стакана, желтки – 4 шт., молоко – 1 стакан, ванилин

Способ приготовления

Сахар растереть с желтками до появления белого цвета. При полной мощности довести до кипения молоко с ванилином. Смешать с желтковой смесью. Полученную массу прогревать 1 минуту при полной мощности.

Вынуть крем из печи и мешать, пока не загустеет. Это нужно делать для того, чтобы на поверхности крема не образовывалась пленка.

Крем с корицей

Компоненты

Сахар – 4 столовые ложки, сливки – 1 стакан, яйцо – 1 шт., желток яичный – 1 шт., ванилин, корица, имбирь

Способ приготовления

В 2 формочки для крема насыпать по 1 столовой ложке сахара и налить по 1 чайной ложке воды. Прогревать в печи при мощности выше средней 3 минуты. После этого держать формочки в печи до тех пор, пока сахар не начнет карамелизоваться.

Взбить яйцо, желток, оставшийся сахар, добавить ванилин, корицу, молотый имбирь. Понемногу ввести сливки. Полученную массу разлить по формочкам с карамелью. Формочки поставить в печь, накрыв фольгой, прогревать 2 минуты при мощности ниже средней.

Вынуть крем из печи, немного остудить и поставить в холодильник на 1 час.

Джем яблочный

Компоненты

Яблоки крупные – 5 шт., сахар – 4 стакана

Способ приготовления

Подготовить яблоки: вымыть, удалить сердцевину, очистить от кожуры и нарезать ломтиками. После этого выложить их в посуду, прогревать 7 минут при средней мощности, пока они не станут мягкими. В отдельной посуде растопить сахар и добавить его в яблоки. Варить при полной мощности в течение 10 минут до загустения.

Крем с печеньем и какао

Компоненты

Молоко – 2 стакана, желтки яичные – 2 шт., порошок какао – 1 столовая ложка, печенье – 4 шт., орехи молотые – 2 столовые ложки

Способ приготовления

Желтки взбить, смешать с молоком и нагреть, не доводя до кипения. Добавить в яичную массу измельченное печенье, молотые орехи и какао, тщательно взбить.

Готовую смесь вылить в форму и прогревать при средней мощности 6 минут.

К столу подать в горячем виде.

Джем абрикосовый

Компоненты

Абрикосы – 200 г, сахар – 3 стакана, вода – 6 столовых ложек

Способ приготовления

Абрикосы вымыть, удалить косточки. Выложить их в подходящую посуду, добавить воду и, периодически помешивая, прогревать в течение 7 минут при средней мощности.

В отдельной посуде разогреть сахар и всыпать в горячие абрикосы. Варить джем в закрытой посуде в течение 15 минут до загустения.

Джем вишневый

Компоненты

Вишня – 5 стаканов, сахар – 4 стакана, сок лимонный – 2 столовые ложки, ванилин

Способ приготовления

Ягоды вымыть, перебрать, удалить косточки, выложить в подходящую посуду.

Добавить лимонный сок и ванилин, подержать в печи при максимальной мощности 7 минут. В процессе прогревания ягоды перемешивать несколько раз.

В отдельной посуде разогреть сахар и всыпать его в горячую вишню. Варить, пока не загустеет, в закрытой посуде 15 минут.

Готовый джем выложить в банки и закрыть.

Джем малиновый

Компоненты

Малина – 5 стаканов, сахар – 3 стакана, сок лимонный – 3 столовые ложки

Способ приготовления

Ягоды перебрать, вымыть, обсушить и уложить в просторную посуду. Добавить лимонный сок и прогревать 5 минут при максимальной мощности.

Отдельно разогреть сахар, добавить его в горячую малину, варить джем, пока не загустеет.

Джем из крыжовника

Компоненты

Крыжовник – 5 стаканов, сахар – 5 стаканов, вода – 1 1/2 стакана

Способ приготовления

Сначала сварить сироп. Сахар засыпать в посуду (примерно 1 стакан), залить водой и варить 6 минут при полной мощности.

Ягоды перебрать, вымыть и всыпать в сироп. Прогревать в течение 5 минут. Отдельно разогреть оставшийся сахар, добавить

его в ягоды и варить при максимальной мощности 7 минут.

Джем клубничный

Компоненты

Клубника – 5 стаканов, сахар – 5 стаканов, сок лимонный – 3 столовые ложки

Способ приготовления

Ягоды перебрать, вымыть, обсушить, выложить в подходящую посуду. Добавить лимонный сок, прогревать под закрытой крышкой 5 минут при полной мощности.

Отдельно разогреть сахар, засыпать его в горячую клубнику и перемешать. Варить джем 10 минут.

Шоколад с изюмом

Компоненты

Шоколад – 2 плитки, изюм – 1/2 стакана, миндаль – 1/2 стакана

Способ приготовления

Шоколад измельчить, выложить в посуду, прогревать при мощности выше средней 2 минуты.

После этого добавить изюм и миндаль, перемешать и, пока смесь не остыла, разложить ее ровным слоем на пергаментной бумаге. Нарезать небольшими кусочками.

Напитки

В микроволновой печи можно приготовить различные горячие напитки. Готовить их можно в той же посуде, в которой они будут подаваться к столу. Процесс приготовления напитков требует соблюдения некоторых правил, которые следует помнить. Перечислим их.

1. Если напитки готовятся в нескольких чашках, то в рабочей камере печи их нужно располагать на некотором расстоянии друг от друга.

2. Если готовятся напитки, содержащие молоко, то за ними нужно следить особенно тщательно, чтобы не убежали.

3. Алкогольные напитки нельзя слишком сильно нагревать.

4. Растворимый кофе нужно готовить так: засыпать в чашку порошок, налить воду и поставить в печь.

Точно так же можно приготовить и другие растворимые напитки.

5. Для приготовления чая необходимо использовать фарфоровый, стеклянный или керамический чайник. Этот напиток лучше всего готовить в том количестве, которое будет использовано за один раз.

Чайник ополоснуть кипятком, засыпать нужное количество заварки и залить кипятком примерно на 1/3. Прогревать при максимальной мощности 20 секунд. Потом дать напитку отстояться 1,5–2 минуты и залить кипятком до верха. Через 3–5 секунд чай можно разливать по чашкам.

6. Кофе следует готовить в посуде большого размера, иначе при закипании напиток перельется через край. Засыпать кофе в посуду, залить предварительно приготовленным кипятком так, чтобы уровень воды не превышал 1/3 высоты посуды. Поставить полную мощность и выключить печь сразу же, как начнется процесс закипания. Дать немного постоять и разлить по чашкам.

Рецепты напитков

Чай с гвоздикой

Компоненты

Чай – 2 чайные ложки, сахар – 1 столовая ложка, гвоздички – 3–4 шт., сок апельсиновый – 1/2 стакана, сок

лимонный – 1/2 стакана, немного корицы

Способ приготовления

В посуду всыпать сухой чай, сахар, добавить пряности и залить кипятком. Дать постоять 1–2 минуты, а затем процедить и смешать с апельсиновым и лимонным соком. После этого прогревать в печи при максимальной мощности до тех пор, пока жидкость не начнет пузыриться.

Кофе с апельсиновым ликером

Компоненты

Вода – 1 1/2 стакана, ликер апельсиновый – 1 столовая ложка, кофемолотый натуральный – 1 столовая ложка, сливки – 1 столовая ложка, сахар – 1 столовая ложка, цедра одного апельсина натертая

Способ приготовления

Смешать воду и кофе, поставить в печь на 3 минуты и прогреть при полной мощности. После этого добавить в кофе ликер, перемешать и разлить по чашкам. Украсить взбитыми с сахаром сливками и посыпать натертой апельсиновой цедрой.

Кофе двойной

Компоненты

Кофе молотый натуральный – 2 столовые ложки, вода – 1 стакан, сахар

Способ приготовления

Указанную норму молотого кофе разделить на 2 части. Одну часть сварить обычным способом. После этого растворить сахар в воде, добавить вторую часть кофе. Чашку поставить в печь и довести до кипения при полной мощности. Соединить в большой чашке обе части сваренного кофе.

Кофе с коньяком

Компоненты

Кофе молотый натуральный – 2 столовые ложки, вода – 2 стакана, сахар – 1 столовая ложка, сливки – 1 столовая ложка, коньяк – 1 столовая ложка

Способ приготовления

В подходящей посуде соединить воду, сахар и кофе. При полной мощности печи довести до кипения (примерно за 2 минуты), но не кипятить. Вынуть из печи, перемешать.

Разлить кофе по чашкам, добавить коньяк и сливки.

Кофе по-варшавски

Компоненты

Кофе черный молотый – 2 столовые ложки, вода – 2 стакана, сливки – 1 столовая ложка или топленое молоко – 4 столовые ложки, сахар

Способ приготовления

Сварить черный кофе. Добавить в него сахар и сливки или молоко. Снова поставить посуду с кофе в печь и довести до кипения при полной мощности. Вынуть из печи, разлить по чашкам.

Черный кофе с коньяком и желтком

Компоненты

Молоко – 1 стакан, желток яичный – 1 шт., кофе черный готовый – 3 столовые ложки, коньяк – 2 чайные ложки, сироп сахарный – 1 столовая ложка, кофе молотый – 1 чайная ложка

Способ приготовления

Яичный желток растереть с сахарным сиропом. Отдельно вскипятить молоко и разогреть готовый кофе.

Ввести в растертый желток горячее молоко и кофе, непрерывно помешивая.

Вылить в чашку коньяк и посыпать молотым кофе.

Кофе «Мраморный»

Компоненты

Кофе черный молотый – 4 чайные ложки, вода – 2 стакана, молоко теплое – 2 столовые ложки

Способ приготовления

Сварить обычный черный кофе. Разлить его по чашкам, на дно которых при помощи кондитерского шприца влить понемногу теплого молока.

Для сохранения мраморной окраски кофе с молоком не нужно перемешивать.

Какао с сахаром

Компоненты

Молоко – 2 стакана, порошок какао – 2 чайные ложки, сахар – 3 чайные ложки

Способ приготовления

Смешать порошок какао с сахаром, влить немного горячего молока и тщательно размешать до получения однородной смеси. После этого влить оставшееся молоко, непрерывно помешивая.

При полной мощности довести напиток до кипения.

Напиток с шоколадом и пряностями

Компоненты

Шоколад несладкий – 2 столовые ложки, сахар – 1 столовая ложка, молоко полужирное – 2 стакана, корица, орех мускатный, гвоздика

Способ приготовления

Половину стакана молока вылить в посуду, добавить шоколад, сахар и пряности. Поместить в печь на 3 минуты до полного растворения шоколада.

В процессе нагрева массу несколько раз перемешать. Добавить оставшееся молоко и снова прогревать в печи при полной мощности 4 минуты.

Горячий шоколад

Компоненты

Шоколад – 1 плитка, молоко свежее – 2 стакана

Способ приготовления

В посуду положить разломанный шоколад и прогревать в печи при полной мощности 2 минуты. Затем влить немного молока, перемешать и довести до кипения.

Дать напитку постоять 2–3 минуты и снова довести до кипения. Повторить эту процедуру в третий раз, а потом взбить.

Горячий шоколад на стол подавать следует в горячем виде.

Кисель из меда

Компоненты

Вода – 2 стакана, мед – 1/2 стакана, крахмал – 1 столовая ложка, гвоздика – 5 шт., сок лимонный – 2 чайные ложки, цедра лимонная натертая – 2 чайные ложки, корица, ванилин

Способ приготовления

Развести в воде мед, вложить в эту смесь лимонную цедру и гвоздику, хорошо перемешать. Поместить посуду с медовой смесью в печь на 2 минуты при среднем уровне мощности. Довести до кипения. Снять пену и добавить предварительно разведенный в воде крахмал. Немного прогреть при той же мощности.

Вынуть посуду с киселем из печи, дать немного остыть и всыпать в него корицу, ванилин и влить лимонный сок. Тщательно перемешать.

Кисель «Клюковка»

Компоненты

Ягоды клюквы свежие – 1 1/2 стакана, вода – 4 стакана, сахар – 1 стакан, крахмал – 1/2 стакана, имбирь, ванилин

Способ приготовления

Ягоды перебрать, промыть, обсушить. Затем растолочь их деревянной толкушкой и откинуть на сито, чтобы стекла

жидкость. Образовавшийся сок слить в отдельную посуду. Оставшиеся растолченные ягоды залить кипятком и варить при средней мощности 4 минуты. Полученный отвар процедить, всыпать сахар и довести до кипения при полной мощности.

Крахмал развести холодной водой, размешать, чтобы не было комочков. Влить разведенный крахмал в отвар клюквы. Довести до кипения при полной мощности.

В готовый кисель влить клюквенный сок, добавить имбирь и ванилин. Тщательно перемешать.

Кисель с какао «Ночка»

Компоненты

Молоко – 1 1/2 стакана, порошок какао – 2 чайные ложки, сахар – 3 чайные ложки, шоколад – 2 дольки, крахмал – 2 чайные ложки, вода

Способ приготовления

Порошок какао развести небольшим количеством холодного молока, размешать до получения однородной массы. Крахмал развести холодной водой.

Оставшееся молоко довести до кипения при полной мощности. Вынуть посуду из печи и влить какао-смесь. Снова довести до кипения при той же мощности. Вынуть из печи и влить крахмал.

Перемешать и добавить сахар и шоколад. Прогревать в печи в течение 20 секунд при полной мощности.

Кисель «Клубничный»

Компоненты

Ягоды клубники свежие – 1 стакан, вода – 2 стакана, сахар – 1/2 стакана, крахмал – 3 столовые ложки, корица

Способ приготовления

Ягоды клубники перебрать, удалить чашелистники, промыть, обсушить. Подготовленные ягоды размять деревянной ложкой до однородной массы.

Сахар развести в воде, довести до кипения при полной мощности. После этого влить в сахарный сироп разведенный холодной водой крахмал и снова довести до кипения при той же

мощности.

После закипания добавить размятые ягоды клубники и корицу. Тщательно перемешать и подавать к столу.

Кисель «Овсяный»

Компоненты

Хлопья овсяные или крупа овсяная – 5 столовых ложек, молоко – 1 стакан, мед – 2 столовые ложки

Способ приготовления

Овсяные хлопья измельчить блендером. Молоко влить в подходящую посуду, довести до кипения при полной мощности. Вынуть из печи молоко, растворить в нем мед и снова довести до кипения при той же мощности.

В отдельной посуде развести холодным молоком измельченные овсяные хлопья. Добавить овсяную массу в молоко и прогревать при средней мощности 1 минуту.

Кисель должен по консистенции напоминать густые сливки.

Кисель «Черника»

Компоненты

Ягоды черники свежие – 1 стакан, сахар – 1/2 стакана, крахмал – 2 столовые ложки, вода

Способ приготовления

Ягоды черники вымыть, обсушить и размять деревянной ложкой. Откинуть на сито, чтобы стекла жидкость.

Ягодную мезгу залить водой и довести до кипения при максимальной мощности.

Полученный отвар процедить и развести в нем сахар. Снова довести до кипения при той же мощности.

Крахмал развести холодной водой, влить в отвар черники, добавить черничный сок и довести до кипения при полной мощности.

Компот «Малиновый»

Компоненты

Сахар – 1 стакан, вода – 4 стакана, ягоды малины свежие – 1 стакан, вино – 1/2 стакана, кислота лимонная

Способ приготовления

Воду вскипятить, развести в ней сахар, добавить лимонную кислоту. Полученную смесь довести до кипения.

Ягоды малины перебрать, промыть, обсушить и залить полученным сиропом. Дать компоту постоять 1 час, после чего влить в него вино и перемешать.

Компот с сухофруктами

Компоненты

Вода, сахар – 2 столовые ложки, сухофрукты (курага, изюм, яблоки, чернослив, груши) – 1 стакан

Способ приготовления

Сухофрукты вымыть и замочить на 50 минут в таком количестве воды, какое потребуется для варки компота.

Всыпать сахар и варить при средней мощности 5 минут.

Компот грушевый

Компоненты

Груши – 4 шт., сахар – 1 стакан, вода – 2 стакана, четвертинка лимона

Способ приготовления

Немного недозрелые груши очистить от кожицы, разрезать на 4 части, удалить сердцевины. Сахар залить водой и прокипятить при средней мощности в течение 10 минут. Опустить в сироп груши и варить при минимальной мощности под закрытой крышкой в течение 6–8 минут. В готовый компот добавить натертый на терке лимон и перемешать.

Компот апельсиновый

Компоненты

Апельсин – 1 шт., сахар – 1/2 стакана, вода – 1

стакан

Способ приготовления

Сначала нужно приготовить сахарный сироп. Для этого сахар соединить с 4 столовыми ложками воды, довести до кипения при максимальной мощности. Затем снизить мощность до минимального уровня и проварить сахарный сироп в течение 5 минут. Процедить. Апельсин очистить от кожуры, нарезать поперек тонкими ломтиками, удалить семена. Оставшуюся воду кипятить с сахарным сиропом при средней мощности 2 минуты. Дать немного остыть и залить полученной жидкостью ломтики апельсина.

Узвар фруктовый

Компоненты

Сухофрукты (яблоки, груши, вишня, сливы, изюм) – 500 г, мед – 1 стакан, вода – 1 1/2 л

Способ приготовления

Сухофрукты перебрать, промыть несколько раз теплой водой, отделить яблоки и груши. После этого залить кипятком и варить под закрытой крышкой при средней мощности, пока сухофрукты не станут мягкими. Яблоки и груши варить в отдельной посуде при той же мощности до мягкости.

Отварные фрукты смешать, отвар заправить медом, довести до кипения при полной мощности. Вынуть из печи и дать постоять в прохладном месте 1–2 часа.

Сбитень «Суздальский»

Компоненты

Мед – 1/2 стакана, сахар жженый – 1/2 стакана, вода – 1 л, гвоздички – 10 шт., корица, имбирь, кардамон, лист лавровый

Способ приготовления

Мед развести с водой и довести до кипения при полной мощности. Затем снизить уровень мощности до минимального и варить 3 минуты. Процедить и подкрасить жженым сахаром, добавить пряности и довести до кипения при максимальной

мощности.

Сбитень с мятой

Компоненты

Мед – 1/2 стакана, сахар – 1/2 стакана, вода – 1 1/2 л, гвоздички – 3–4 шт., мята сушеная – 2 чайные ложки, лист лавровый, корица

Способ приготовления

Мед развести в 1 стакане воды, довести до кипения при полной мощности, при необходимости снять пену.

В отдельной посуде прокипятить сахар в 1 стакане воды при полной мощности. После этого слить в одну посуду медовый и сахарный сиропы. Полученную смесь варить при минимальной мощности до тех пор, пока почти половина жидкости не испарится.

В оставшейся воде прокипятить пряности и мяту при средней мощности в течение 5 минут. Влить в отвар сироп и дать настояться.

Морс апельсиновый

Компоненты

Вода – 3 л, апельсины – 4 шт., сахар – 1 1/2 стакана, корица

Способ приготовления

С апельсинов снять цедру, удалить белую мякоть, отжать сок. Выжимки измельчить блендером, залить водой, добавить сахар, корицу, цедру и варить при минимальной мощности в течение 10минут. После этого процедить, влить апельсиновый сок и остудить.

Напиток «Тонизирующий»

Компоненты

Мед – 1 столовая ложка, вода – 1 стакан, сок морковный – 2 стакана, сок апельсиновый – 1 стакан, сок

одного лимона, лимон – 1 шт.

Способ приготовления

Воду вскипятить и остудить. Развести ею мед, добавить соки, прогревать при минимальной мощности 10 секунд. Дать остыть, разлить по бокалам, в каждый положить по ломтику лимона.

Напиток «Ромовый»

Компоненты

Сахар – 1/2 стакана, цедра половины лимона, гвоздика – 2 шт., вода – 2 стакана, ром – 1 столовая ложка, молоко – 2 стакана, ванилин

Способ приготовления

Сахар положить в подходящую посуду, добавить натертую цедру лимона, гвоздику, ванилин, влить воду. Довести до кипения при максимальной мощности. Снизить уровень мощности до минимального и прогревать смесь в течение 2 минут. Процедить, остудить, добавить ром и холодное молоко.

Напиток яблочно-клюквенный

Компоненты

Яблоки крупные сладкие – 4–5 шт., ягоды клюквы свежие – 1 стакан, вода – 1 стакан, сироп сахарный – 1/2 стакана

Способ приготовления

Яблоки вымыть, очистить от кожуры, разрезать пополам, удалить сердцевины. После этого натереть их на крупной терке. Из полученного яблочного пюре отжать сок. Влить его в посуду и довести до кипения при максимальной мощности. Дать яблочному соку постоять в течение 30 минут и, не взбалтывая осадка, осторожно перелить в другую посуду.

Клюкву перебрать, промыть, размять деревянной ложкой, добавить воду, сахарный сироп, довести до кипения при максимальной мощности, дать отстояться и осторожно перелить через марлю в яблочный сок. При желании можно в напиток положить ванилин. Перемешать, остудить и подавать на стол, положив в стакан кубики льда.

Напиток с красным вином и пряностями

Компоненты

Вода – 1 стакан, вино красное – 2 стакана, лимон – 1 шт., сахар – 1 столовая ложка, гвоздика, корица

Способ приготовления

Лимон ошпарить кипятком, проколоть в нем несколько отверстий и вставить в них гвоздички. Вино и воду влить в посуду, положить лимон, корицу и прогревать при мощности ниже средней в течение 2 минут.

Вынуть посуду из печи, дать немного постоять, всыпать сахар, перемешать. Удалить лимон и пряности. Снова разогреть напиток при той же мощности и разлить по чашкам.

Напиток с красным вином и апельсином

Компоненты

Вино красное ягодное – 2 стакана, апельсин – 1 шт., лимон – 1 шт., сахар – 1 столовая ложка, корица, гвоздика

Способ приготовления

Лимон и апельсин очистить и измельчить. В отдельной посуде смешать вино с сахаром, добавить измельченные цитрусовые, корицу, гвоздику и тщательно перемешать.

Прогревать полученную смесь в течение 3 минут при средней мощности. После этого снизить уровень мощности до минимального и подержать посуду в печи еще 2 минуты.

Подавать на стол в горячем виде.

Коктейль абрикосовый с пряностями

Компоненты

Сок абрикосовый с мякотью – 1/2 стакана сок лимонный – 1 столовая ложка, сахар темно-коричневый – 2 столовые ложки, гвоздика, корица

Способ приготовления

В подходящей посуде смешать абрикосовый и лимонный сок,

добавить сахар и пряности, хорошо перемешать и поставить в печь.

Прогревать полученную смесь при средней мощности в течение 4 минут.

На стол подавать горячим.

Коньяк со сливами

Компоненты

Сахар – 2 1/2 стакана, коньяк – 2 стакана, сливы – 4 стакана

Способ приготовления

Сливы вымыть, удалить из них косточки. Поместить сливы в стеклянную посуду, залить коньяком, добавить сахар и перемешать. Поставить в печь на 8 минут при средней мощности. После этого снизить уровень мощности до минимального и держать посуду в печи еще 5 минут.

Ликер с клубникой

Компоненты

Сахар – 2 1/2 стакана, водка – 2 стакана, ягоды клубники свежие – 3 стакана

Способ приготовления

Ягоды клубники промыть, обсушить и размять ложкой. Добавить сахар, водку и поставить в печь на 6 минут при средней мощности. После этого переключить уровень на минимальный и прогревать смесь еще 5 минут. Вынуть посуду из печи, накрыть крышкой. В таком виде дать постоять 4 дня и процедить.

Ликер кофейный

Компоненты

Сок апельсиновый – 2 стакана, водка – 2 1/2 стакана, кофе – 2 столовые ложки, сахар – 4 столовые ложки, эссенция ванильная – 1 столовая ложка

Способ приготовления

Обычным способом приготовить кофе. В стеклянной посуде соединить апельсиновый сок, водку, сахар и перемешать. Влить туда же кофе и ванильную эссенцию.

При среднем уровне мощности прогревать полученную смесь 5 минут. После этого вынуть из печи посуду, закрыть крышкой и дать постоять 4 дня. По истечении этого времени напиток процедить.

Кагор с яблочным соком

Компоненты

Сок яблочный – 2 стакана, вода – 1/2 стакана, кагор – 1/2 стакана, цедра лимонная

Способ приготовления

Разбавить яблочный сок водой, добавить лимонную цедру и вылить в подходящую посуду. Прогревать в печи на максимальной мощности в течение 1 минуты. После этого процедить и смешать с кагором.

Пунш с лимоном

Компоненты

Вино красное – 2 стакана, ром – 1/2 стакана, сахар – 1 столовая ложка, сахар-рафинад – 2–3 кусочка, лимон – 2–3 дольки

Способ приготовления

В посуде, в которой пунш будет подаваться к столу, нагреть вино с сахаром, не доводя до кипения, при средней мощности. Положить на поверхность напитка кружочки лимона такой толщины, чтобы они выдержали вес кусочка сахара. Рафинад пропитать ромом и осторожно выложить на дольки лимона.

При подаче на стол нужно выключить свет и поджечь кусочки сахара-рафинада.

Напиток лимонный

Компоненты

Лимон – 2 шт., сахар – 3 чайные ложки, вода – 2 стакана

Способ приготовления

Из лимонов выжать сок. Отдельно вскипятить воду с сахаром при полной мощности. Добавить в сахарный сироп лимонный сок и перемешать. Из этого количества получится 2 порции напитка.

Напиток молочный с наливкой

Компоненты

Молоко – 1 1/2 стакана, мед – 1 столовая ложка, наливка – 1/2 стакана, чай сухой

Способ приготовления

При полной мощности печи довести до кипения молоко с разведенным в нем медом, налитое в подходящую посуду. После этого заварить в молоке чай. Полученную жидкость процедить, разлить по чашкам и прогревать в печи при средней мощности в течение 30 секунд. Добавить наливку в чашку и подать к столу.

Пунш чайный

Компоненты

Чай крепкий свежезаваренный – 1 стакан, сахар – 1 столовая ложка, ром – 1 столовая ложка, вино красное сухое – 2 столовые ложки, сок лимонный – 1 столовая ложка, цедра лимона

Способ приготовления

Смешать чай, вино, лимонный сок, сахар и цедру лимона. Прогревать при полной мощности 3 минуты. Процедить, разлить по чашкам, влить ром, перемешать.

Пунш освежающий

Компоненты

Чай крепкий свежеприготовленный – 1 стакан, вино красное – 1 стакан, вино белое – 1 стакан, ром – 2

столовые ложки, сахар – 2 столовые ложки, сок лимонный – 2 чайные ложки, цедра одного лимона

Способ приготовления

Смешать красное и белое вино, добавить чай, сахар, сок и цедру лимона. Прогревать в течение 2 минут при средней мощности.

Процедить, влить ром, перемешать и подавать на стол.

Пунш апельсиновый с пряностями

Компоненты

Вода – 5 стаканов, сок апельсиновый – 1/2 стакана, ром – 2 столовые ложки, чай сухой – 2 чайные ложки, сахар – 1 столовая ложка, гвоздика, корица

Способ приготовления

Положить в посуду чай, сахар, специи, залить все это кипятком, закрыть крышкой и дать постоять 4 минуты. Процедить, добавить апельсиновый сок и довести до кипения при максимальной мощности. Добавить ром. К столу подавать в горячем виде.

Пунш с шампанским

Компоненты

Вино белое – 1 стакан, ром – 1 чайная ложка, шампанское – 2 столовые ложки, сахар – 2 стакана, гвоздика, корица, цедра лимона

Способ приготовления

При полной мощности печи довести до кипения смесь белого вина с сахаром. Добавить к нему гвоздику, корицу, лимонную цедру.

Прогревать в течение 2 минут при той же мощности. Процедить, влить ром, а потом – шампанское.

Пунш с коньяком

Компоненты

Вино красное – 3 стакана, коньяк – 1/2 стакана, вода – 2 стакана, сахар – 4 столовые ложки, гвоздика, корица, цедра лимона

Способ приготовления

Смешать в посуде сахар, пряности, цедру лимона и воду. Затем прогревать на максимальной мощности 3 минуты.

Процедить, влить красное вино и еще немного прогреть, влить коньяк.

Пунш апельсиновый с мускатным орехом

Компоненты

Вода – 2 стакана, сок апельсиновый – 1 стакан, сироп малиновый – 1 столовая ложка, сок лимонный – 2 столовые ложки, сахар – 1 столовая ложка, чай сухой – 1 столовая ложка, корица молотая, орех мускатный молотый

Способ приготовления

Вскипятить воду и заварить в ней чай. Дать немного постоять. Процедить, добавить апельсиновый и лимонный сок, малиновый сироп, сахар, корицу, мускатный орех. Перемешать.

Прогревать при полной мощности в течение 1 минуты.

Пунш с пивом

Компоненты

Пиво – 1/2 стакана, коньяк – 2 столовые ложки, вода – 1/2 стакана, сахар – 1 чайная ложка, ломтик лимона

Способ приготовления

Сахар растворить в воде, добавить ломтик лимона и довести до кипения при полной мощности.

В отдельной посуде разогреть пиво и влить его в воду с сахаром, перемешать, процедить.

В полученную жидкость добавить коньяк и разлить по чашкам.

Пунш с корицей

Компоненты

Вода – 1 стакан, портвейн – 2 стакана, сахар – 3 чайные ложки, сок лимонный – 1 столовая ложка, кожура половины лимона, корица, орех мускатный

Способ приготовления

Смешать в подходящей посуде воду и портвейн, добавить сахар, сок лимона, мускатный орех, кожуру лимона, корицу. Перемешать и поставить в печь.

При средней мощности прогревать в течение 3 минут, дать немного постоять. Удалить из напитка лимонную кожуру и пряности.

Пунш с красным вином и апельсином

Компоненты

Вино красное – 2 стакана, ром – 2 столовые ложки, апельсин – 1 шт., лимон – 1 шт., сахар-рафинад – 1 кусочек, имбирь, корица, гвоздика, кожура лимонная, кожура апельсиновая

Способ приготовления

В подходящую посуду положить пряности, апельсиновую и лимонную кожуру, залить вином и прогревать при полной мощности 2 минуты, не доводя до кипения. Процедить.

Из лимона и апельсина выжать сок, добавить в пунш, посыпать имбирем. Посуду с вином поставить на стол, сверху положить решетку, на нее поместить кусок сахара-рафинада, пропитанный ромом.

Поджечь сахар – он будет плавиться и капать в пунш, образуя на поверхности цветные пятна.

Пунш «Охотничий»

Компоненты

Вино белое – 1 стакан, шампанское – 1 бокал, ром – 1 чайная ложка, сахар – 2 стакана, гвоздика, корица, цедра лимона

Способ приготовления

В просторной посуде довести до кипения белое вино с сахаром (мощность – максимальная). Затем добавить гвоздику, корицу, цедру лимона.

Полученную смесь прогревать еще 2–2,5 минуты при той же мощности. Готовый пунш процедить, влить ром, а потом добавить шампанское. Разлить по бокалам и подать к столу.

Грог по-английски

Компоненты

Ром – 1/2 стакана, сахар-рафинад – 4 кусочка, вода – 2 стакана, соклимонный – 2 столовые ложки, лимон – 4 кружка, гвоздика, корица

Способ приготовления

Соединить в посуде воду, сахар и пряности, перемешать. Поместить посуду в печь и прогревать полученную смесь на средней мощности в течение 3 минут.

Затем, постоянно помешивая, удалить пряности, влить ром и лимонный сок.

Разлить по бокалам, положить лимон и подать к столу.

Грог с лимоном

Компоненты

Ром – 1/2 стакана, сахар – 5 кусочков, чай или горячая вода – 2 стакана, лимон – 4 кружка

Способ приготовления

Вскипятить чай на полной мощности, добавить сахар, ром и разлить в подогретые толстостенные бокалы. В каждый бокал положить по кружку лимона и подать горячим.

Грог ромовый с яичными желтками

Компоненты

Молоко – 1 стакан, желтки яичные – 2 шт., сахар – 2 чайные ложки, ром – 1 столовая ложка, джин – 1 чайная ложка, корица молотая

Способ приготовления

Растереть желтки с сахаром. Вскипятить молоко на средней мощности. Помешивая, влить тонкой струйкой в молоко желтковую смесь, затем процедить через сито. Добавить ром и джин, перемешать и посыпать молотой корицей.

Грог деревенский

Компоненты

Молоко – 1 стакан, чай крепкий – 1 стакан, сироп сахарный – 2 чайные ложки, ром – 1/2 стакана

Способ приготовления

Смешать чай, сахарный сироп и молоко. Прогревать в печи на полной мощности 2 минуты. Потом влить ром, перемешать и разлить по чашкам.

Глинтвейн винный

Компоненты

Вино – 3 стакана, коньяк – 1/2 стакана, сахар – 1 столовая ложка, лимон – 1 шт., гвоздика, корица

Способ приготовления

Лимон ошпарить кипятком, обсушить, проколоть несколько отверстий, в которые вставить гвоздички.

В посуду влить вино, положить подготовленный лимон, корицу, сахар и прогревать 2 минуты на полной мощности. Затем добавить коньяк, закрыть крышкой и дать постоять немного.

После этого прогреть так, чтобы напиток был достаточно горячим, но до кипения не доводить. Перед подачей на стол вынуть из напитка лимон и корицу.

Напиток «Старая Англия»

Компоненты

Сок апельсиновый – 4 стакана, сок лимонный – 1/2 стакана, сахар – 1/2 стакана, гвоздика – 1 чайная ложка, орех мускатный

Способ приготовления

В подходящей посуде смешать апельсиновый и лимонный соки, добавить сахар, гвоздику и мускатный орех. Хорошо перемешать и поставить в печь на 10 минут при полной мощности. Затем снизить уровень мощности до минимального и прогревать смесь еще 7 минут. Разлить по чашкам и подать к столу.

Напиток «Лимончик»

Компоненты

Лимоны – 2 шт., вода – 2 стакана, сахар – 3 чайные ложки

Способ приготовления

Выжать сок из лимонов. В отдельной посуде соединить воду и сахар. Довести до кипения при полной мощности. После этого влить лимонный сок и перемешать.

К столу подавать горячим.

Праздничные обеды

В праздничные дни, когда хозяйка ждет гостей, хочется не только приготовить вкусный обед, но и успеть привести себя в порядок. В этом случае обед из микроволновки – просто спасение.

С помощью этого чудо-аппарата вы быстро отварите, обжарите, испечете, потушите и т. д. Вам останется только выбрать праздничное меню. Два варианта обеда мы предлагаем ниже.

Вариант 1

Стерляжья уха

Компоненты

Стерлядь – 500 г, мелочь рыбная – 500 г, вода – 6 стаканов, корень петрушки – 1 шт., корень сельдерея – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., лист лавровый – 1 шт., перец черный горошком – 5 шт., четверть лимона, перец черный молотый, соль

Способ приготовления

Рыбную мелочь тщательно промыть, отрезать головы, положить в посуду, залить водой, добавить корнеплоды, пряности, посолить. Варить в печи в течение 10 минут при средней мощности. Затем процедить и остудить.

Стерлядь вымыть, нарезать кусками, опустить в бульон. Довести до кипения при полной мощности, снять пену. Уменьшить мощность до средней и варить 8 минут.

Куски стерляди разложить по тарелкам, залить ухой, добавить ломтики лимона.

Жаркое из кролика

Компоненты

Небольшая тушка кролика – 1 шт., сметана – 1 столовая ложка, масло топленое – 3 столовые ложки, лук репчатый – 1 шт., уксус 3 %-ный или белое сухое вино –

1/2 столовой ложки, перец красный молотый, корень петрушки – 1 шт., корень сельдерея – 1 шт., мука – 1 столовая ложка, соль, зелень петрушки измельченная, зелень укропа измельченная

Способ приготовления

Тушку кролика положить в подходящую кастрюлю, залить маринадом, приготовленным из уксуса или вина, лука, соли, перца, и поместить на 24 часа в холодильник.

По истечении этого времени вынуть кролика из кастрюли, дать стечь излишней жидкости, натереть тушку маслом и поместить на противень. Прогреть в печи при полной мощности до появления румяной корочки. После этого вынуть противень из печи, тушку посолить, полить оставшимся маринадом и снова поместить в микроволновку. Запекать при среднем уровне мощности, поливая кролика выделившимся соком.

Готового кролика нарезать порционными кусками. Из жидкости, которая образовалась при жарении, приготовить соус. Для этого процедить жидкость, добавить корень петрушки и сельдерея, муку, заправить сметаной и вскипятить при полной мощности.

При подаче на стол полить куски кролика соусом, посыпать измельченной зеленью петрушки и укропа. На гарнир можно подать запеченный в печи картофель или свеклу.

Картофель жгучий

Компоненты

Картофель – 1 кг, масло оливковое – 4 столовые ложки, чеснок – 4 зубчика, вода, перец жгучий красный молотый, перец черный молотый, мята, соль

Способ приготовления

Чеснок очистить, измельчить и растереть с солью. В подходящей посуде смешать чеснок с черным и красным жгучим перцем, добавить несколько столовых ложек воды и прогревать в печи при полной мощности в течение 2 минут. После этого добавить масло, картофель, нарезанный кружками, и влить столько воды, чтобы она покрывала картофель. Добавить мяту и варить 8 минут при той же мощности.

Рыба в кляре с имбирем

Компоненты

Филе рыбное – 600 г, мука – 5 столовых ложек, масло растительное – 1 стакан, яйца – 2 шт., масло сливочное – 3 столовые ложки, молоко – 1/2 стакана, имбирь, шафран, зелень петрушки измельченная, зелень укропа измельченная, перец, соль

Способ приготовления

Рыбное филе нарезать полосками толщиной в 1 см, посыпать солью, перцем, пряностями, положить в подходящую посуду (эмалированную), посыпать измельченной зеленью петрушки и укропа. После этого полить рыбу 4 столовыми ложками растительного масла, перемешать и поставить в холодное место на 25–30 минут.

Муку развести с молоком, всыпать соль, добавить сливочное масло, перемешать до получения однородной массы и дать кляру немного постоять. Яичные белки, отделенные от желтков, взбить в пену, осторожно влить в тесто и перемешать.

В готовый кляр обмакнуть каждую полоску рыбы, опустить в кастрюлю с раскаленным маслом и обжаривать при полной мощности до появления румяной корочки.

Обжаренную рыбу уложить на подогретое блюдо и украсить веточками петрушки и укропа. Отдельно подать в соуснице томатный соус.

Торт «Незнакомка»

Компоненты

Сметана – 1 стакан, масло сливочное – 200 г и для желткового крема – 100 г, мука – 2 стакана, белки яичные – 2 шт., сахар – 1/2 стакана (для белкового крема), 3 столовые ложки (для желткового крема) и 1/2 стакана (для лимонного крема), желтки яичные – 5 шт., лимон – 1 шт.

Способ приготовления

Сливочное масло охладить, натереть на терке, добавить сметану, муку и замесить негустое тесто. Разделить его на 6 частей, каждую из которых завернуть в отдельный кусок полиэтиленовой пленки и на 2 часа поместить в холодильник. По истечении этого времени каждый кусок теста раскатать. Полученные коржи выпекать при полной мощности в течение 2

минут.

Приготовить желтковый крем. Для этого растереть желтки с сахаром, добавить размягченное сливочное масло и хорошо перемешать. Для получения белкового крема взбить белок с сахаром. Для лимонного – лимон натереть на терке вместе с кожурой, смешать его с сахаром.

Готовые коржи смазывать кремами в следующем порядке: желтковый, лимонный, желтковый, белковый, лимонный, белковый.

Вариант 2

Сандвичи с курицей

Компоненты

Филе куриное жареное – 200 г, хлеб ржано-пшеничный – 8 кусков, помидоры – 2 шт., ветчина – 4 ломтика, салат – 4 листика, майонез – 2 столовые ложки, масло сливочное – 1 столовая ложка, огурец – 4 кружочка, шпажки деревянные – 4 шт., зелень петрушки нарезанная

Способ приготовления

Помидоры вымыть и нарезать тонкими ломтиками. Ветчину прогревать в печи при полной мощности в течение 30 секунд. Куски хлеба смазать маслом, на 4 из них положить по листику салата, слегка смазанному майонезом, затем по ломтику помидора и ветчины.

Куриное филе нарезать ломтиками, каждый из которых смазать майонезом, поместить их на ветчину и покрыть кружочком огурца.

Сверху положить второй кусок хлеба. Каждый сандвич сколоть шпажкой и выложить на противень. Прогревать в печи при полной мощности в течение 1 минуты.

Подавая на стол, украсить каждый сандвич зеленью.

Свиное рагу

Компоненты

Шницели свиные – 4 шт., бульон – 2 стакана, рис – 1

стакан, вода – 2 стакана, лук репчатый – 2 шт., масло растительное – 2 столовые ложки, помидоры – 2 шт., зелень петрушки измельченная, тмин, соль, перец, ломтики лимона для украшения

Способ приготовления

Рис промыть водой, положить в кастрюлю, залить водой и варить в печи при средней мощности в течение 10 минут. После этого уменьшить мощность до минимума и варить еще 5 минут. Готовый рис промыть холодной водой и откинуть на дуршлаг, чтобы стекла лишняя жидкость.

Шницели нарезать соломкой и обжарить в растительном масле при полной мощности до появления румяной корочки. Готовое мясо переложить в отдельную посуду.

Лук очистить и нарезать мелкими кубиками, добавить соль, тмин и перец и потушить его в растительном масле, оставшемся от жарения шницелей, в течение 1 минуты при полной мощности. После этого помидоры мелко нарезать, положить в посуду, добавить мясо, залить бульоном и прогревать под закрытой крышкой в течение 6–8 минут при средней мощности.

Отварной рис выложить на блюдо, сверху положить рагу, посыпать зеленью петрушки, украсить ломтиками лимона.

Пирожные «Орешек»

Компоненты

Для теста:

мука – 1 стакан, яйца – 4 шт., пудра сахарная – 1 стакан, кофе крепкий горячий – 1/2 стакана, разрыхлитель – 1 пакетик, орехи молотые – 1/2 стакана, желатин, масло растительное для смазывания противня – 1 столовая ложка, мука для посыпки противня – 1 столовая ложка.

Для крема:

молоко – 1 стакан, орехи молотые – 2 столовые ложки, мука – 2 столовые ложки, сахар ванильный – 1 пакетик, масло сливочное – 200 г, пудра сахарная – 1 стакан, желток яичный – 1шт., шоколад – 100 г, маргарин – 2 столовые ложки, сливки – 1 стакан

Способ приготовления

Муку просеять и перемешать с разрыхлителем. Белки взбить в крутую пену. Желатин залить кофе и дать постоять 10 минут.

После этого всыпать в желатиновую массу сахар и тщательно перемешать. Постепенно добавлять в желатин муку, белки и орехи. Готовое тесто вылить на смазанный маслом и посыпанный мукой противень. Выпекать при полной мощности в течение 5 минут. Дать остыть.

Молоко, муку и ванильный сахар тщательно перемешать. Прогревать в печи при полной мощности в течение 2 минут. Когда смесь загустеет, вынуть из печи и дать остыть. Масло растереть с желтком и сахарной пудрой и добавить в мучную смесь. Хорошо перемешать до получения однородной массы.

На готовый корж выложить слой крема. Разрезать корж на небольшие прямоугольники и каждый полить растопленным и смешанным с маргарином шоколадом. Бока пирожных смазать кремом и посыпать все пирожные орехами. Сливки взбить и ими украсить пирожные.